سلمان العودة

أنا.. وأخواتها

رحلة.. في أسرار الذات

الطبعة الرابعة



وجوه
WOJOOOH

أنا .. وأخواتها



salman_alodah

عند الإشارة المرورية وجدتني أمشي الهُوينا حين أكون قريبًا واثقًا من العبور، دون اكتراثٍ لمن ورائي، وهم يعلنون احتجاجهم عبر البوق.
وأحيانًا أتباطأ تأديبًا لهم، وأقول: (اش معجلك؟)!
عادة ما أتهم الذين يسرعون أكثر مني بأنهم طائشون، أما أولئك الذين تكون سرعتهم أبطأ مني فهم قرويون ولايحسنون القيادة.
بحثت مرة عن موقف لسيارتي في مكانٍ مزدحم، وجدت متسعًا، وأوقفت السيارة بمكانٍ يسع أخرى، كنت مستعجلًا.
أحيانًا أحس بأن الناس بطيؤون في سيرهم، وأحيانًا أخرى أحس أنهم يلهثون، وذلك بحسب حالتي الخاصة، فهي مقياس السرعة، وليس عداد سياراتهم.

الإسلام اليو[م]
للنشر والإنتا[ج]
المملكة العربية السعود[ية]
الرياض ص.ب. 28577 الرمز: 1447
هاتف: 0112081920 فاكس: 112081902
جوال: 555866044
www.islamtoday.net

تنفيذ
وجوه WOJOOOH
دار وجوه للنشر والتوزيع
Wojooh Publishing & Distribution House
www.wojoooh.com
المملكة العربية السعودية - الرياض
هاتف: 4562410 فاكس: 4561675
للتواصل والنشر:
info@wojoooh.com
www.facebook.com/wojoooh

ISBN 9786039035978



أنا ...
وأخواتها



◆

سلمان العودة

أنا ... وأخواتها

رحلة
في أسرار الذات



أنا ... وأخواتها

سلمان العودة

رسومات داخلية :
هيا السياري

الطبعة الرابعة
1435 هـ - 2014م

ح / مؤسسة الإسلام اليوم للنشر، ١٤٣٤ هـ
فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر
العودة ، سلمان فهد عبد الله
أنا وأخواتها.. رحلة في أسرار الذات/ سلمان فهد عبد الله العودة - الرياض، ١٤٣٤ هـ
٣٧٢ ص؛ ١٤,٥×٢١,٥ سم
ردمك ٨ - ٧ - ٩٠٣٥٩ - ٦٠٣ - ٩٧٨
١ - العقل الباطن ٢ - الأنا (علم نفس)
أ. العنوان
ديوي ١٥٤,٢٤ ١٤٣٤/٣٠٥١ هـ
رقم الإيداع ١٤٣٤/٣٠٥١ هـ
ردمك ٨ - ٧ - ٩٠٣٥٩ - ٦٠٣ - ٩٧٨

الإسلام اليوم
مؤسسة الإسلام اليوم
للنشر والإنتاج
المملكة العربية السعودية الرياض
ص ب 28577 الرمز : 11447
هاتف : 0112081920
فاكس : 0112081902
جوال: 0555866044
info@islamtoday net
www islamtoday net

التنفيذ الفني



دار وجوه للنشر والتوزيع
Wojooh Publishing & Distribution House
www wojoooh com
المملكة العربية السعودية - الرياض
ت: 0114562410 فاكس: 0114561675
للتواصل الفني والنشر:
0552174412
info@wojoooh com
www facebook com /wojoooh

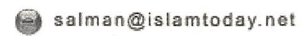

www.twitter.com/salman_alodah


http://www.youtube.com/WsmAl3odah


www.facebook.com/SalmanAlodah

www.islamtoday.net/salman

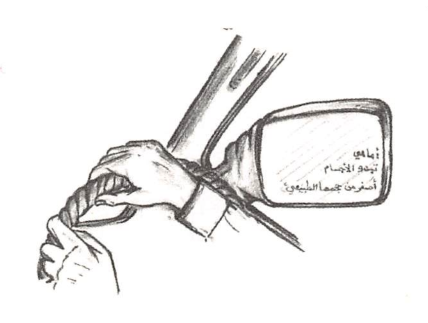

www.youtube.com/drsalmantv


salman@islamtoday.net

إلى المرآة التي قالت الحقيقة:

أمامي تبدو الأجسام أصغر
من حجمها الطبيعي..

مَن يرغم المرايا على قول
الحقيقة تعاقبه بالانكسار..





◆

عند الإشارة المرورية وجدتني أمشي الهُوينا حين أكون قريبًا واثقًا من العبور، دون اكتراثٍ لمن ورائي، وهم يعلنون احتجاجهم عبر البوق.

وأحيانًا أتباطأ تأديبًا لهم، وأقول: (اش معجلك؟)!

عادة ما أتهم الذين يسرعون أكثر مني بأنهم طائشون، أما أولئك الذين تكون سرعتهم أبطأ مني فهم قرويون ولا يحسنون القيادة.

بحثت مرة عن موقف لسيارتي في مكانٍ مزدحم، وجدت متسعًا، وأوقفت السيارة بمكانٍ يسع أخرى، كنت مستعجلًا.

أحيانًا أحس بأن الناس بطيؤون في سيرهم، وأحيانًا أخرى أحس أنهم يلهثون، وذلك بحسب حالتي الخاصة، فهي مقياس السرعة، وليس عداد سياراتهم.

عند الطبيب أستثقل المريض الذي سبقني، وأطال المكوث، وأقول: يبدو أنه قَلَبَها (سواليف)!.

وحين تأتي نوبتي أنسى مَن هم على كراسي الانتظار، ولسان حالي يقول: لقد انتظرت طويلًا، وحق لي أن أجلس في العيادة مسترخيًا.

كنت محتاجًا للسفر إلى جدة، ولم أقم بالحجز مسبقًا، وها أنا أتخلَّى عن مبادئي، وأسعى للحصول على مقعد، ولو على حساب آخرين.

شعرت ذات مرة أن أحدهم يحاول تدمير شخصي، وإذ بي أدافع عن نفسي بطريقة قد تمس كرامته، وكان ممكنًا لو صبرت أن أجد وسيلة أفضل للدفاع.

تألمت يومًا لشائعة مكذوبة تداولها بعض الأصدقاء، وجعلت أردِّد آداب الحديث والنقل والرواية، وأسوق نصوص التثبت والتبين، ولكني نسيت هذا يومًا آخر، ومرّرت خبرًا وأنا أشك في صدقه، واكتفيت بعده بإضافة أنني غير متأكد، والله أعلم بالصواب، ظانًّا أن ذلك يسوِّغ لي ما فعلت.

أعترف في قرارة نفسي أني لم أتناول قضية أنا طرف فيها إلا وضعت إصبعي على طرف كفة الميزان دون شعور.

كلماتي وآرائي وتعليقاتي وكتبي ومواقفي تبدو عندي دائمًا هي الأكثر مصداقيةً وتوازنًا وتأثيرًا، ثَمَّ مواقف (لا بأس بها)، ولكنها لا تقارن بموقفي.

في كلِّ المواقف التي أنتقدها لو كنت هناك لكان مجرى الأمور سيتغير.

صحيح أني خضت معاركَ كثيرة، ولكن في جميعها كنت الطرف المظلوم المعتدَى عليه، والذي صبر وتحمَّل.

ما رأيت أحدًا إلا وجدت في تصرفه مراعاة لحظ نفسه، أما أنا (ولا أزكي نفسي) فالمصلحة العامة والميزان العدل هو رائدي وقائدي.

هل أنا متناقض؟

ربما!

ولعل هيمنة الـ(أنا)، وتوهم (اليقظة) جعلني أعترف بأخطائي الصغيرة والعابرة، وأجحد العميقة المسيطرة التي تتحكَّم في مفاصل حياتي.

◆◆◆



١

افتح الصندوق

– اعتاد شحّاذ أن يجلس بجانب الطريق لِما يزيد عن ثلاثين سنة. ذات يوم مرَّ به رجل غريب، تمتم الشحاذ قائلًا وهو يقدم قبّعته:

– أعطني بعض القطع النقدية الصغيرة.

– ليس لديّ ما أعطيك، لكن ما الذي تجلس عليه؟

– لا شيء، إنه مجرد صندوق قديم أجلس عليه منذ زمن بعيد.

– هل نظرتَ ما بداخله؟

– لا، ولِمَ أنظر؟ لا يوجد بداخله شيء!

– ألقِ نظَرة..

– تدبّر الشحّاذ أمر فتح الغطاء، وشاهد بدهشة أن الصندوق كان مليئًا بالذهب!

– عليك أن تنظر داخل صندوق نفسك؛ فأنت تحتوي على كنز هائل.

– أنت ذاتك الإنسان المكرم المختار المتميز عن بقية المخلوقات «الذات،

الأنا، ego».

لا يجدر بك أن تمد يدك لآخر، وتغفل عن كنوزك الذاتية.

هويتك الشخصية والعامة تنتهك بالاستجداء والمحاكاة.

- «مَن عرف نفسه استراح» كما يقول سُفيان بن عُيينة، إنه الجريان مع الطبيعة السلسة دون اضطراب.

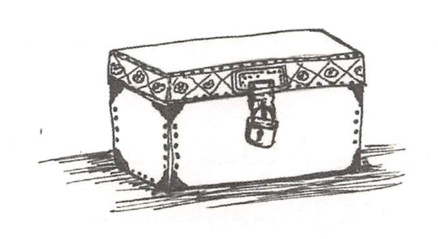
- «مَن عرف نفسه عرف ربه» كما يقول يحيى بن معاذ الرازي، فمعرفة النفس سلم إلى تحقيق الإيمان {وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ} (الذاريات: ٢١)، والأرجح أنَّ مَن يجهل ذاته سيقع في حيل النفس وألاعيبها.

- المراقبة والملاحظة والوعي هي السبيل، يقول سقراط: «اعرف نفسك بنفسك».

- أدركته وهو في السبعين، أظنه من القلة الذين ينطبق عليهم أنهم ناضجون، أو لديهم قدر من المعرفة بأنفسهم.

- لم تكن خبرته سنة واحدة مكررة سبعين مرة، بل كانت خبرة سبعين سنة فعلًا، خَبَرَ فيها نفسه، وعرف عيوبها وكمالاتها، وخبر من حوله، وخبر الحياة وطبيعتها، وحدود التوقع الرشيد فيها.

- انقشعت الغشاوة عن عينه، وأصبح يرى الأشياء على حقيقتها.



2

قصة حكيم

صبي صغير عذب البراءة، أحب أبوه الحياة لأجله، لقد أضاف إلى وجوده معنى جميلاً:

وإني لأهوى، وهو يغتال مدتي   مرورَ الليالي، كي يشبَّ حكيمُ
مخافة أن يغتالني الموتُ دونه   فيغشى بيوتَ الحي وهو يتيمُ

يتعرَّف على اسمه تدريجيًّا، ويكتشف بعد جهد أن تسلسل الحروف التي تطلقها الحبال الصوتية لوالديه تعنيه شخصيًّا.
يبدأ بالربط بين الاسم وبين ذاته.
وربما يتحدث عن نفسه بضمير الغائب «حكيم جائع»، «حكيم خائف».
يتعلَّم الكلمة السحرية «أنا»، ثم ينتقل إلى التعبير عن الملكية، وكأن ممتلكاته هي جزء من ذاته.

حين يكبر سيعي الفرق بين الذكر والأنثى، ويتوسَّع في إدراك تفاصيل الجسد والجنس والعرق والدين والعائلة.

سينظر لذاته كرجل، كإنسان أبيض اللون، كعربي، كتاجر أو مدرس، كطويل أو بدين.

هذه النظرة ليست قالبًا جامدًا؛ بل هي قابلة للتحسن أو التردّي بحسب الأشخاص الذين يعيش معهم، كالوالدين والأسرة والأصدقاء والشركاء.

يحاول أن تكون الأشياء الجميلة من نصيبه، دون أن يدرك منطقة الآخرين، وأنهم يشاطرونه الرغبة في التملك، وقد تكون الأشياء التي يريدها لهم أصلاً.

يكبر وتكبر الـ «أنا»، ولكنه يتقن فن التخفي والتستر.

ضمائر: ذهبنا، ونزلنا، وسافرنا، تفضح ما في الخفاء.

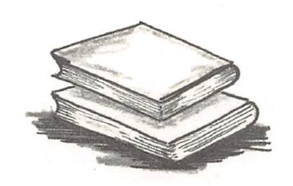
الفرح بحب الناس له، السيطرة على المجلس، الرسائل التي يتلقَّاها، الخصوم الذين يحاربون نجاحه، التفرد:

وإني وإن كنتُ الأخيرَ زمانُهُ لآتٍ بما لم تَسْتَطِعْهُ الأوائل

كان نيتشه يقول : كلما أصعد كان يتبعني «كلب» اسمه الأنا.

شخصه «متن» وشخوص الباقين حواش.

هل قرأت كتاب «أرض جديدة لإيكهارت تول»؟



3

مَنْ أنا ؟

كيف تُعرِّف نفسك في مربع التعريف الشخصي «البروفايل»؟

هل هذا التعريف معبر؟ متفائل؟ متشائم؟ حزين؟ واهم؟ خيالي؟...

الحلم اليقظان!

المجروح.

رفيق الليل.

الدموع.

الساري.

كتلة محطمة من الإحساس.

القلم يجعلك في مواجهة مع الذات، كيف تكتبها؟

طرق جابر -رضي الله عنه- باب النبي صلى الله عليه وسلم ليكلِّمه في دَيْن كان على أبيه، فقال النبي صلى الله عليه وسلم: «مَن بالباب؟».

فقال جابر: أنا. فقال صلى الله عليه وسلم: «أنا أنا!».

قال جابر: كأنه كره ذلك. (أخرجه البخاري ومسلم).

«أنا» هنا لا تضيف جديدًا، ومرة قال صحابي لرسول الله صلى الله عليه وسلم: «أنا بُريدة». (أخرجه البخاري والحاكم). ومرة أخرى قالت صحابية: «أنا أم هانئ». (أخرجه البخاري).

وحكى ابن الجوزي أن السبب في كراهة «أنا» أن فيها نوعًا من الكبر، وكأن قائلها يقول: أنا الذي لا أحتاج إلى ذكر اسمي ولا نسبي.

وهذا وإن كان غير وارد في حق جابر، إلا أنه لا يمنع من تعليمه.

١- أن تكتب اسمك الصريح وعائلتك.

نكون أحيانًا محاصرين برقابة صارمة تحرمنا حتى من النطق بأسمائنا!

٢- الانتماء الجغرافي والقبلي والفكري.

وهو المربع المهيمن والكامن وراء بعض انفعالاتنا، والذي يمنحنا الفخر بإنجازٍ لم نتعبْ فيه.

٣- مسيرة الحياة والعمل والدراسة والإنجاز.

هل أنت شخص غير عادي؟ أو عادي؟ أو عادي جدًّا؟!

٤- القِيَم التي تؤمن بها.

مَن يقرأ هذا السطر ثم ينتقل إلى مدونتك أو تغريداتك أو منشوراتك، هل سيحس بالانسجام؟

٥- المواهب: رسام، شاعر، قاص...

٦- المشاعر.

٧- الصفات العامة الجسدية والنفسية.

٨- الصورة.

صفحة واحدة حاول أن تكون فيها حياديًّا، لو تستطيع!

ضع علامة (√) أو (X):

- أنا أتسامح مع الناس وهم لا يتسامحون معي.
- تحملت ما لا يحتمله بشر.
- مررت بظروف صعبة.
- أحس بأنني حمل ثقيل على أسرتي.
- صاحب حجة، وأتغلب على خصمي.
- كل من حولي معجبون بي ويحبونني.
- بنيت نفسي دون مساعدة أحد.
- من هم أكبر مني يرجعون إليّ.
- أنا مركز الاهتمام في أي اجتماع أو مجلس.

الأهم هو إدراك الأفكار والرغبات والمشاعر والنوايا والدوافع.

أكبر معيق للوعي والنضج الإيماني هو جدار الأنا.

ماذا لو كانت دوافعي وأسئلتي وبحثي وطموحاتي كلها لخدمة الذات ولو غلّفتها باسم الله أو الوطن أو المصلحة؟

الوعي يذيب الأنا ولكنه يحفظها.

في الوعي توجد مساحة السلام مع النفس ومع الآخر، والتي ترى الأشياء على حقيقتها.

في الوعي يعرف الإنسان نفسه ويدرك عيوبه وغباءه وسطحيته، ويدرك كرامته ومسؤوليته.

يرى نفسه من الأعلى ويوجهها كالأم الحنون التي تعرف أن طفلها لن يفهم الدرس بالكلام، ولكن بالتدرّج في التجربة والمحاولة والخطأ، وبالحب والقبول، وبالاحترام والمساندة «اقرأ مدونة سعد الدوسري-

الكويت، ودورة الأنا لطارق السويدان».

لو انكشفت الأقنعة لصدمتنا الحقيقة، سنرى المهرّج المكتئب، والمفكر الضائع، والعالم الفاقد للحب، والداعية التواق للشهرة، والغني المحتاج، والفقير المستغني، سنرى أقوى الناس وهو بأمس الحاجة إلى من يحبه ويحتضنه ويتفهمه.



4

اسم رنان

◆

في مقابلة تلفزيونية سمعت اسم المتحدث على لسانه عدَّة مرات، دون أن يشعر، لقد أصبحَت عادة غير بريئة تعبر عن إحساس داخلي بالتعاظم، كم يسر حين يسمع اسمه يتردد على ألسنة الآخرين، فإذا لم يحدث هذا فليسمعه من نفسه لتطرب أذنه من ذلك النغم الجميل!

لضمير المتكلم حلاوة وإغراء، ليس لأنه «أنا»، ولكنها «الحقيقة».

- ليس المهم «زيد»، المهم هو الوصول إلى نتيجة.

- دعك من «زيد»!

- «زيد» لم يكن ليحقق هذا الإنجاز لولا وقوفكم إلى جانبه.

- «زيد» يذهب ويجيء، والمهم المصلحة العامة.

سألت أحدهم عن كنيته؟ فأجاب:

-كنيتي الحقيقية «أبو صالح»، أما الكنية التي سارت بها الركبان فهي «......»!

الركبان في وادٍ آخر يا صديقي.

نحب أسماءنا، ونفرح بذكرها أو قراءتها، ونشعر بجرس خاص لحروفها، خاصة حين تجري على ألسنة من نحب، أو تكون في سياق ثناء أو تفوق.

سألني «فهودي»: ماذا كان أهلك يدلعونك في الصغر؟ أجبته: لم أكن في زمن التدليع، ولكني رضعت العاطفة في أسرة عفوية.

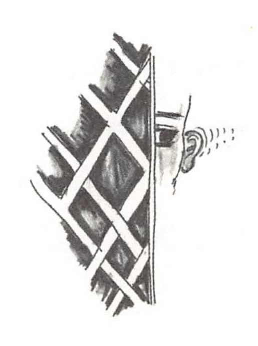
جرب أن تضع اسم من تراسله، أو تنطق باسم من تحدثه، وراقب الأثر.

انطق اسمه كما يحب.

اكتب عبارة تدل على التقدير، وأخرى تعبر عن مشاعرك الإيجابية، مثلًا: أستاذي العزيز، صديقي الغالي، أخي الحبيب.

لا زلت أذكر رسالة وصلتني حين كنت في (ثاني متوسط) من أحد الأصدقاء، كانت موسومة بـ «إلى الصديق الأكرم»!

لم يستعذ النبي صلى الله عليه وسلم من نفسه، بل من شر نفسه: «ونعوذُ بالله من شرور أنفسنا». (أخرجه أحمد، وأصله في صحيح مسلم). «وأعوذُ بك من شرِّ نفسى».



5

الشيخ. أ. د.

◆

«الألقاب حبوب نتعاطاها لتسمين ذواتنا» د. أحمد الصقر.

قلت مرة لصديق: مرحبًا دكتور.

أجاب: لست بدكتور، أنا فلان.

لقد أحسّ أن اللقب يحجب ذاته، وأراد أن يعرفه الآخرون بدون إضافات.

صافحت مرة رجلًا كفيفًا في مطلع شبيبتي، فسألني مَنْ؟ فأجبته: الشيخ فلان!

انزلق على لساني اللفظ الذي أسمعه من المقربين، وشعرت لحظتها بالخجل والحرج، فأن يسميك من حولك فهذا شأنهم، ولو لم تكن جديرًا به، لكن الشأن كيف تعبر به عن نفسك؟

كتبت وأنا شاب «حوار هادئ مع محمد الغزالي» وطبعه بعض الأصدقاء، وكتبوا أمام اسمي بالخط العريض «الشيخ»، بينما لم يحصل الشيخ محمد الغزالي -على سنه وفضله وسابقته- على هذا اللقب في

غلاف الكتاب، وكثيرون لا يدرون أني لم أطَّلع على غلاف الكتاب إلا بعدما تمت الطباعة!

قد يطلق الإنسان لقبًا وظيفيًّا كالوزير والمدير والمشرف مما تقتضيه الحاجة، ويعد جزءًا من تحمل المسؤولية، لكن ما الداعي لأن يضيف: سماحة، أو معالي، أو فخامة، أو فضيلة، أو سعادة..؟

أو أن يحاسب الآخرين حينما يخلّون بهذا البروتوكول المملّ الذي يستنزف الأوقات، ويثقل الأسماع، ويفسد الأذواق، خاصة إذا تكرر، أو تجاوز حدّه، أو منح لمن لا يستحقه؟

بعضهم يصر على لقب قد تجرد منه، ويذيله بلفظ «سابقًا»، أو «سابق»، وكأنه يحكي مجده الماضي.

بعض التعريفات المتبوعة بـ «سابق» تبدو وكأنها محاصرة لصاحبها في دائرة الماضي، وحكم عليه بـ «المؤبد»!

«أمير سابق لجماعة عنيفة»، « صحوي سابق».

يشتكي الطلبة من «الاستبداد الأكاديمي» في الجامعات، إنها الفجوة والجفوة بينهم وبين بعض الدكاترة.

مؤلم أن تسمع عن مديري جامعات وعلماء أفذاذ في الغرب، يجلسون في المقهى مع الطلاب بعفوية، ويستمعون إليهم، ويتعرضون لإحراجات، ومَن لا يعرفهم لا يتوقع أنهم في أعلى السلم، بينما يسرع الغرور لحديث عهد بعمادة أو إدارة!

التواضع هو السمة الأهم للعالم الحق:

وكلما ازددت علما ازددت علمًا بجهلي

ليس يعاب الإنسان باللقب العلمي ما دام صادقًا وغير مزور، ولم يتحول إلى ادعاء أو تضخيم أو امتحان للآخرين، على أن القيمة

الحقيقية ليست في الشهادة، بل بالمعرفة والأخلاق، والاعتراف بفضل الآخرين وسبقهم.

كان الأنبياء يبشرون بنبيٍ يأتي بعدهم هو أفضل منهم، وهو محمد صلى الله عليه وسلم، اعترافٌ بالفضل يدلّ على الفضل.

أجمل ما يكون اسمك حين تراه جملة تامة، غير محتاجة إلى تكميل.





6

أنا شاعر

◆

سيعلم الجمعُ ممن ضمّ مجلسُنا بأنني خيرُ من تسعى به قدمُ!

أَنا الَّذي نَظَرَ الأَعمى إِلى أَدَبي وَأَسمَعَت كَلِماتي مَن بِهِ صَمَمُ

أَنامُ مِلءَ جُفوني عَن شَوارِدِها وَيَسهَرُ الخَلقُ جَرّاها وَيَختَصِمُ

هكذا يكشف المتنبي عن الولع بإطراء الذات، ولا غرابة أن سمي بهذا الاسم، فهو القائل:

أَنـــا في أُمَّةٍ تَـــدارَكَها اللهُ غَـــريبٌ كَصالِحٍ في ثَمودِ!

والقائل:

وكل ما قد خلق الله وما لم يخلقِ محتقر في همتي، كشعرة في مفرقي!

لنازك الملائكة قصيدة بعنوان «أنا».

الليل يسأل مَن أنا؟

والريح تسأل مَن أنا؟

والدهر يسأل مَن أنا؟

والذات تسأل مَن أنا؟

نزار قباني يدمن الأنا كما يدمن أحزانه:

أدمنتُ أحزاني

فصرتُ أخافُ ألا أحزَنا

وطُعِنْتُ آلافًا من المراتِ

حتى صار يوجعُني، بألا أُطعَنَا

ولُعِنْتُ في كلِّ اللغاتِ..

وصارَ يُقْلِقُني بألا أُلْعَنَا...

ولقد شُنِقْتُ على جدار قصائدي

ووصيَّتي كانت..

بألا أُدْفَنَا.

وتشابهتْ كلُّ البلادِ..

فلا أرى نفسي هُناكَ

ولا أرى نفسي هُنا...

معشوقته دمشق هي قطرات من دم تجري في عروقه:

أنا الدمشقيُّ لو شرّحتمُ جسدي لسالَ منهُ عناقيدٌ وتفّاحُ

و لو فتحتُم شراييني بمديتكم سمعتمُ في دمي أصواتَ من راحوا

تقاذفتني بحارٌ لا ضفافَ لها وطاردتني شياطينٌ وأشباحُ

قصائده الغزلية تجعله يبسط سلطته على القارات الخمس، ويسيطر على

نزوات المطر وعربات الريح، ويمتلك آلاف الفدادين فوق الشمس، ويحكم شعوبًا لم تحكم من قبله، ويلعب بالكواكب كما يلعب طفل بأصداف البحر، ويتبختر في ثوبه وكأنه قيصر أو كسرى أنوشروان.

د. غازي القصيبي؛ يكتب في وداعيته ذائعة الصيت:

أنا شـــاعرُ الأفلاكِ كلُّ كُلَيْمة   منّي، عـــلى شفقِ الخـلودِ تَلَهَّبُ

يمرض الجسد فتنتعش الروح، بدر السيّاب يقول بعد معاناة مع مرض غامضٍ قد يكون هو السل:

يا رب أيوب قد أعيا به الداءُ

في غربة دونها مال ولا سكنِ

يدعوك في الدَّجنِ

رب أعدني إلى داري إلى وطني...

شهور طوال وهذا الجراحْ

تمزق جنبي مثل الـمُدى

ولا يهدأ الداء عند الصباح

ولا يمسح الليل أوجاعه بالردى

كذلك هو المتنبي قال:

كفى بك داء أن ترى الموت شافيًا   وحسب المنايا أن يكنّ أمانيا

يعود السيّاب:

ولكن أيوب إن صاح صاح

لك الحمد يا راميًا بالقدر

ويا كاتبًا بعد ذاك الشفاء

وكذلك غازي- رحمه الله- أرسل لي من سريره في مستشفى «مايو كلينك» هذه الأبيات المعبرة عن الإحساس بالنهاية:

لا تسأل الركبَ بعد الفجر هل آبوا ... الركبُ عاد وما في الركبِ أصحابُ

تفرَّقوا في دروب الأرض وانْتَثَرُوا ... كأنّه لم يَكُنْ عَـــــهْدٌ وأحبابُ

ما في العَناقيد من أشعارهم حببٌ ... والخمر من بعدهم في دنها صابُ

يا طارقَ البابِ رفقًا حين تَلْمَسُهُ ... لو كانَ في الدار خِلٌّ صفَّقَ البابُ

بعضُ الدروبِ إلى الأوطانِ راجعةٌ ... وبعضُـــــها في فضاء الله يَنْسَابُ

بوحٌ شاعري يحكي خيبة أمل.

أجبته:

ضِياءُ عَيْنَيْكَ عبر الحرف ينسابُ ... تَئِنُّ مِن حُزْنه المكظومِ أهدابُ

الكَرْمُ أنت، فهل في الكأسِ مِن عللٍ ... يُســــْقَى به في هَزِيعِ الليل غُيّابُ؟

هل سال بَعْدَكُمُ الوادي وهل سَجَعَتْ ... على الحِمَى من حَمَامِ الأَيْكِ أسْرابُ؟

ساعاتُ صفوٍ أَلَمَّتْ، والهَوَى قَدَرٌ ... كأنها مِـــن عَبِيرِ الوَصْلِ تَسْكَابُ

طَابَتْ ليـــاليكَ، والرحمنُ يُنْعِشُها ... وجـــادَ بالرَّوح والتَّحْنَانِ وهّابُ

الشعر ضرب من الإلهام، والشعراء يكتنفهم عادة قدر من الغموض، ولذا تقول العرب: إن للشاعر صاحبًا من الجن يلقنه.

والواقع أن نشوة الإبداع تجسد الأنا عند الشاعر، منذ امرئ القيس وحسان إلى اليوم، حتى كتب أبو العلاء «معجز أحمد» شرح فيه ديوان

أبي الطيب.

والروح الحساسة تتفاعل مع الأشياء بطريقتها الخاصة.

والبيئة العربية تحتفل بالشعر، وتنظر إلى مضامينه بقداسة وكأنها حقائق لا يتطرق إليها الشك، وكأن الشاعر ينظر إلى الغيب من ستر رقيق، أو هو حكيم الوقت، ذنوبه مغفورة، وأخطاؤه مستورة.

هل يعي الشاعر صورته الحقيقية حين يخلو بنفسه بعيدًا عن الأضواء؟





7

كاتبي المفضَّل

تحكي العرب قصة المهندس «سِنِمَّار» الذي بنى قصر الخورنق لملك الحيرة النعمان، وأخبره بقدرته على أن يبني أفضل منه، واحتال الملك له حتى أسقطه من أعلى شرفة في القصر، وقتله شر قتلة، ليبقى قصره أحسن القصور!

تقول العرب «جزاء سِنِمَّار».

وتقول الحكمة: لا تشرق أكثر من اللازم.

كان التنافس شديدًا بين ذاتية المهندس وذاتية الملك.

ولعل كلًا منهما كان يحاول أن يكتب سيرة الآخر أو نهايته.

كان المهندس يقول: إنه يعرف لبنة لو سحبها لانهدم القصر على من فيه.

إذا كان «السرطان الروحي» هو تضخُّم خلايا الـ «أنا»، فالزهد المعتدل الواعي يمثل التجرد.

الزهد ليس بتحريم الحلال، ولا بترك الطيبات، هو تجرد القلب والروح من حظوظ النفس.

هو الدافع وراء إنجازات عظيمة آثر أصحابها ألا تنسب إليهم.

الشهداء يقدمون حياتهم قربانًا إلى الله، وأحدهم يقول: {وَعَجِلْتُ إِلَيْكَ رَبِّ لِتَرْضَى} (طه: ٨٤).

كان الشافعي يقول: «وددت أن الخلق تعلموا هذا العلم وأنه لم يُنسب إليّ منه حرف».

ويقول: ما ناظرت أحدًا إلا تمنيت أن يظهر اللهُ الحق على لسانه.

ولمثل هؤلاء يقال:

يا طالبي علمِ النبي محمدٍ ما أنتمُ وسِواكم بِسَواءِ

فمدادُ ما تجري به أقلامكم أزكى وأغلى من دم الشهداءِ!

في بريطانيا رسم الفنان «بانكسي» آلاف الصور الجميلة الشعبية المعبرة عن معاناة الشعوب، ومنها معاناة الفلسطينيين، وأتاحها لمتذوقي الفن بكل وسيلة، دون أن يفصح عن ذاته، ولا أن يحضر لاستلام أي جائزة، حتى صورة (الموناليزا) رسم منها نسخة شعبية لكل الناس، وجعلها تمسك في يدها بقنبلة! فلا يزال فنانًا مبدعًا غير معروف العين على وجه التحديد. (طالع بانكسي في قوقل ويوتيوب).

في الولايات المتحدة قام المخرج «توم شادياك» بإنتاج فيلم «I am» وطرح سؤال: من أنت؟ مؤلم أن تكون حياتك كلها من تأليف الآخرين، يجب أن تؤلف أنت كتاب حياتك.

الفكرة في التخلي عن الأشياء والضغوط، تخلى البطل عن قصره فشعر

بالراحة، زحمة الأشياء التي تحيط بنا تذهلنا عن الحفر في أعماق الذات، والاستماع إلى صوتها الحميم.

البناء، والرسم، والدم.. هي أدوات لكتابة الذات، وقد تكون أدوات لمحوها.





8

إنجازات خارقة

◆

«من باب التحدث بنعمة الله».

استهل حديثه معي بهذه العبارة المكررة، وطفق يحدثني عن آلاف النسخ المبيعة من كتابه، والرسائل والإيميلات التي تَرِدُه، وكيف شاهد أحد أصدقائه الكتاب في جيب سيارة في سيرلانكا، وكيف كان مؤلفه سببًا في الإصلاح بين زوجين متخاصمين.. وكيف وكيف، والابتسامة لا تفارقه.

أرشدني إلى مقطع ورابط يراه حافلاً بالإبداع، لسبب واحد، هو أنه صاحبه، كان محاولة جيدة، ولكن ليس كما يظن.

قلت له: هون عليك، لو كنت مؤلف «دع القلق وابدأ الحياة»، أو «جمهورية أفلاطون»، أو «الخيميائي»، أو «لا تحزن»، فماذا عساك تقول؟ كثيرًا ما يشعرونك بأنهم بدؤوا من الصفر، ووصلوا إلى القمة بجهد ذاتي صرف، ويبالغون في رسم التحديات، حتى يشعر الآخر بأنه لا

سبيل للتأسي بهم.

كثيرون كتبوا سيرهم الذاتية من المتقدمين، كالشافعي والسيوطي وأبي عبد الله الأندلسي، وحشد من المتأخرين من الساسة والأدباء ورجال الأعمال، وقلَّ مَن يكتب باعتدال وتواضع وحيادية، خاصة حين يحكي قصة هو طرف فيها، ولذا قال المحدثون: كلام الخصوم بعضهم في بعض لا يُقبل.

بعض الأدباء كتبوا روايات هي مزيج من السرد الذاتي، ووصف البيئة الاجتماعية، كما كتب نجيب محفوظ، وطه حسين، وغازي القصيبي، وتركي الحمد، وهي حكايات لا يمكن فصلها عن المؤلف في جانب من حياته، كما لا يمكن إدانة المؤلف بكل تفاصيلها، أي: لا يمكن التعامل معها كاعترافات.

سألت د. القصيبي مرة، وقد كتب في (شقة الحرية) إنه لقي عبد الناصر، وميشيل عفلق، ومحمد أبو زهرة وآخرين، فعرف بعضه، ونفى بعضه.

أعظم المنجزين في التاريخ هو الرسول صلى الله عليه وسلم وكان أعظم وصفه هو التواضع لله، والسجود في قمة الإنجاز، «فتح مكة» حيث دخلها مطأطئ الرأس متخشّعًا متذللًا متضرعًا.

شرح الله صدره، ووضع وزره، ورفع ذكره، وجده يتيمًا فآواه، وضالًا فهداه، وعائلًا فأغناه، وكان التوجيه {فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ * وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ * وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ} (الضحى: ١١-٩).

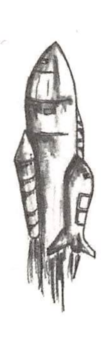
جُبل الإنسان على مشاهدة الأثر الناتج عنه من أجل المزيد من العطاء، فهذا تحفيز رباني، بيد أن صاحبنا يسرف في قراءة التفاصيل الناتجة عن فعله، ويشعر للحظات أنه مركز العالم، أو مبعوث العناية الإلهية..

آخر يتخيل البشرية كلها ومراحلها التاريخية وضخامة ما يحدث، فيتصاغر حتى يحسّ أنه لا شيء، وأن صوته الواهي يضيع في صخب الكون.

حين تضع إنجازك إلى جوار تراكم حضاري بشري عمراني وفكري وإبداعي وتقني ستقول: «فص ملح وذاب!».

وحين يتمثل الإنجاز حيًّا أمامك عليك ألا تطيل الوقوف أمامه، والتأمل في تمثاله، والتغني بجودته، أعطه ظهرك، وانهمك في بناء جديد، وروحك ستظل تمد مشاريعك بالطاقة المتجددة، وكأنها أولادك.

هذه الإنجازات المتسلسلة، والنجاحات، والإخفاقات، والخبرة تحفر مجراك في أرض الحياة، وتجعل لحياتك معنى.





9

أحبُّ نفْسي !

مَرِضَ طفلي ذات مرة؛ فسألت عنه فقالوا: ضرب أخاه الذي يصغره، فأدركت أنه بخير.

تحدثت فتاة عن جمالها، وإعجاب الأخريات بها، ومع كونها أم أولاد، إلا أنها لا تحضر محفلاً إلا و «تُخطَب» لأنها تبدو عزباء وأصغر من سنها!

حب النفس جبلة، ولذلك قال صلى الله عليه وسلم: «لا يُؤْمِنُ أحدُكُمْ حتى يحبَّ لأخيه ما يحبُّ لنفسه». (أخرجه البخاري، ومسلم).

وقال لأبي ذر رضي الله عنه: «إني أحبُّ لك ما أحبُّ لنفسي». (أخرجه مسلم).

الرائع أن هذا التعبير النبوي عن الحب جاء في سياق: «إني أَراكَ ضعيفًا.. لا تأمَّرَنَّ على اثنين، ولا تولَّيَنَّ مالَ يتيم».

كثيرون يدفعهم حب النفس إلى التصدر والبحثً عن المنصب والمال.

حب قاصد يدفع إلى العمل والخير والسمعة الحسنة والمتاع الحلال،

وحماية النفس من مراتع السوء ومزالق الهلكة في الدنيا والآخرة.

حب الـ «أنا» يعني اختيار الطريق الصحيح لها.

يعني الاعتزاز ورفض المذلة مهما كان الثمن، كما قال الجرجاني:

يقــولون لي فيــكَ انقبــاضٌ وإنمــا رأوا رجــلًا عنْ موقفِ الذلّ أحجما

يعني القرب من الله، والبذل لله، والصبر في ذات الله.

يعني التعامل مع الـ «أنا» كشخص آخر تسوسه بحكمة، وتبعث له خطاب شكر على إنجاز، ولفت نظر على إهمال: **{وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا * فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا * قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا * وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا}** (الشمس: ٦-١٠).

آلاف العادات النفسية والعقلية والسلوكية تعبر عن غريزة حب الذات، وعن طريقها يحمي الإنسان نفسه، ويخاف على حياته، ويحب لها الخير، ويكره الشر.

حسب «هرم ماسلو» يعتبر تحقيق الذات أحد أهم الحاجات الفطرية.

الظلم يبدأ حين يرجّح المرء الكفة لصالحه، وهو لا يدري: **{إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا}** (الأحزاب: ٧٢).

والظُّلمْ من شِيَمِ النفوسِ فإنْ تَجِدْ ذا عــفّةٍ فــلــعلــــــةٍ لا يَظْلِمُ



15

أنا لها!

من جميل الحكمة المنسوبة لعلي رضي الله عنه

دواؤكَ فيكَ وما تشعرُ وداؤكَ منكَ وما تبصرُ
وتزعمُ أنكَ جرمٌ صغيرٌ وفيكَ انطوى العالمُ الأكبرُ

عندما يقول أحدنا أنا يبادر بإلحاق «وأعوذ بالله من أنا»، قلت ذات مرة لشاب: ربما ألقى الشيطان هذه الكلمة على لسانك لأنك تتلذذ بتكرار كلمة «أنا»، فهي أكثر الكلمات شيوعًا على الألسنة.

هي ليست أكثر من عادة لفظية يرددها الإنسان كلما وقع في هذا المطب، وكثيرون يلجؤون إلى استخدام ضمير الغائب في الحديث عن أنفسهم، أو ترديد كلمة: العبد الفقير، أو محاكيك «محدثك».
«أنا» ليست دائمًا سلبية، في القرآن الكريم جاءت حوالي (٦٦) مرة غالبها في سياق إيجابي؛ الله تعالى يتحدَّث عن نفسه بضمير «أنا» {لَا إِلَهَ

إِلَّا أَنَا} (طه: ١٤)، {أَنَا الْغَفُورُ الرَّحِيمُ} (الحجر: ٤٩)، {أَنَا رَبُّكَ} (طه: ١٢)، {أَنَا رَبُّكُمُ} (النازعات: ٢٤).

وكذلك النبي صلى الله عليه وسلم والمرسلون، {وَمَا أَنَاْ عَلَيْكُم بِحَفِيظٍ} (الأنعام: ١٠٤)، {وَمَا أَنَاْ عَلَيْكُم بِوَكِيلٍ} (يونس: ١٠٨)، {إِنِّي أَنَا النَّذِيرُ الْمُبِينُ} (الحجر: ٨٩)، {إِنَّمَا أَنَا بَشَرٌ مِّثْلُكُمْ} (فصلت: ٦).

الملائكة يتحدثون بـ «أَنَا»، {إِنَّمَا أَنَا رَسُولُ رَبِّكِ} (مريم: ١٩).

«أنا» تأتي في سياقها العفوي جميلة.

- تأتي للتواضع ونكران الذات {أَنَا أَقَلَّ مِنكَ مَالًا وَوَلَدًا} (الكهف: ٣٩).

- تأتي للتسامح ومقابلة السيئة بالحسنة {لَئِن بَسَطتَ إِلَيَّ يَدَكَ لِتَقْتُلَنِي مَا أَنَاْ بِبَاسِطٍ يَدِيَ إِلَيْكَ لَأَقْتُلَكَ} (المائدة: ٢٨).

- تأتي للتعريف الشخصي والاعتراف الصادق بالنعمة {أَنَاْ يُوسُفُ وَهَذَا أَخِي قد منّ الله علينا} (يوسف: ٩٠).

- تأتي لتعريف العلم والقدرة والكفاءة والموهبة المستورة التي لا يعلمها الناس {إِنِّي حَفِيظٌ عَلِيمٌ} (يوسف: ٥٥)، {أَنَا آتِيكَ بِهِ قَبْلَ أَن تَقُومَ مِن مَّقَامِكَ} (النمل: ٣٩)، {أَنَا آتِيكَ بِهِ قَبْلَ أَن يَرْتَدَّ إِلَيْكَ طَرْفُكَ} (النمل: ٤٠).

- تأتي إعلانًا لفضيلة السبق وانتظارًا للعطاء الإلهي: «مَن أصبح منكم اليوم صائمًا؟ مَن تبع منكم اليوم جنازةً؟ مَن أطعم منكم اليوم مسكينًا؟ مَن عاد منكم اليوم مريضًا؟». كل ذلك يقول أبو بكر: (أنا). (أخرجه مسلم).

- تأتي في سياق المبادرة والثقة بالنفس: «مَن يأخذ هذا السيف بحقه؟». قال أبو دُجانة: أنا يا رسول الله. (أخرجه عبد بن حميد، والبزار، والطبراني، والحاكم).

- تأتي في سياق الاعتراف بالذنب والتنصل من الخطيئة: {إِنِّي ظَلَمْتُ

نَفْسي} (النمل: ٤٤)، {أَنَاْ رَاوَدتُّهُ عَن نَّفْسِهِ} (يوسف: ٥١).
هذا يدرِّب على توظيف الأنا في سياق الكفاءة والإبداع، والسنة الحسنة والدعوة إلى الهدى وشق الطريق.
ويدرب على لغة الاعتذار الصادقة العفوية من الكبير الذي لا يجد في الاعتراف بالخطأ ما ينقص قدره، بل الإصرار على الذنب هو أعظم الذنب {وَلَمْ يُصِرُّواْ عَلَى مَا فَعَلُواْ وَهُمْ يَعْلَمُونَ} (آل عمران: ١٣٥).
عندما يفقد المرء الإحساس بذاته وأهميته لن يكون منجزًا ولا ناجحًا، ولن يكون من الأحياء.





11

صورتي في المرآة

رأى الشاب «نارسس» صورته في الماء، وعشق ذاته، ولذلك كان لا يحب الآخرين، ولم يتزوج، لأنه لا يجد أحدًا جديرًا به.. ومن هذه الأسطورة عرف العلماء عقدة «النرجسية».. قصة خيالية ترمز لعشق الذات، وعقدة تصيب الرجال أكثر من النساء، ربما لأن الرجال يجدون فرص الظهور والعمل والإنتاج أكثر، وربما لطبيعة التركيب العاطفي عند المرأة الميال إلى نصفه الآخر، والمستعد للتضحية ونسيان الذات في سبيل المحبوب، ولو مؤقتًا.

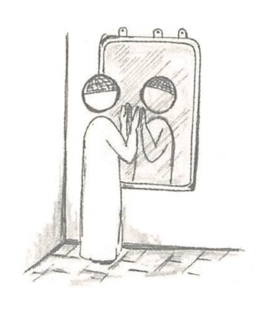
ظل أحد الرجال يبحث عن أفضل امرأة في نظره، وجدها ولكنه لم يتزوج، فسأله أحدهم، فقال: نعم؛ وجدت أفضل امرأة، ولكن هي أيضًا كانت تبحث عن أفضل رجل!

ليست كل أنماط النرجسية مذمومة، فهي تنتمي إلى الأصل الفطري في حب الذات.

دراسات تعلن نتائجها عام (٢٠١٣م) أظهرت النرجسية كواحدة من أهم خمس اضطرابات تصيب الإنسان.

أستاذ درَّسني في المرحلة الثانوية، كان واسع الاطلاع، وكثيرًا ما يقول: أي سؤال يخطر في بالك أجيب عليه! وبعدما يجيب يقول: الرجل الذي أمامك ليس بالبسيط!

سألته ذات مرة: ما هي عقدة النرجسية؟ أجاب: ما هذا؟ أول مرة أسمع هذا الشيء في حياتي!



12

ممثل بارع

لا تحزن على من تغيَّر عليك فجأة، فقد يكون اعتزل التمثيل، وعاد إلى شخصيته الحقيقية (سقراط).

وجدت الأم بنتها الصغيرة ملطخة اليد بأحمر الشفاه «الروج» فضربتها، ثم خرجت لتجد مكتوبًا على الباب «أحبك ماما»!

رجعت الأم لتضرب ابنتها مرة أخرى لماذا تشوه الباب؟!

لم تكن مشاعر الأم الحقيقية هي التي أقدمت على تجاهل تعابير الحب، بل هو الدور التمثيلي التربوي.

كلما كان الإنسان عفويًّا بعيدًا عن التكلف كان أكثر محاكاة لذاته.

عشرات الفنانين الكوميديين يخفون حالات اكتئاب حادة وينتهون بالانتحار.

مَن يمثل دور السعيد المبتسم قد يخفي خلف أسنانه البيضاء اللامعة الكثير من التعاسة.

في العلاقات الرومانسية بين خطيب وخطيبته يتحقق دور تمثيلي لجذب الانتباه.

أؤدي الدور الذي تريده لتؤدي الدور الذي أريده.

شخص يشعرني بأنني مميز ومستحق للحب ويلبي احتياجاتي، وسوف أؤدي الدور الذي يطلبه مني.

اتفاق غير معلن، وغير واعٍ في أحيان كثيرة، يقود إلى قرارات غير مدروسة.

الوقوع في الحب غالبًا لا يخلو من وهم سببه تكثيف «الأنا» وحاجتها.

دور العاشق والمعشوق يصنع علاقات كثيرة بين الشباب والفتيات، تقدم القليل من المتعة الحاضرة والكثير من الأسف والألم والصدمة.

على النقيض قد نمارس تمثيل «النسيان»، ونحاول أن نسلو، ومع أول مشاهدة أثر أو سماع اسم أو نفثة عطر تستيقظ المشاعر المدفونة.

وَداعٍ دَعا إِذ نَحنُ بِالخَيفِ مِن مِنى فَهَيَّجَ لَوعاتِ الفُؤادِ وَما يَدري

دَعا بِاسمِ لَيلى غَيـــرَها فَكَأَنَّما أَطارَ بِلَيلى طائِرًا كانَ في صَدري

كثير من الأطفال يخفون غضبهم من والديهم، لأنهم يفتقدون الدفء في العاطفة وشحنات الحب.

الطفل يريد أن يكون والداه كائنين عفويين، وليس مجرد «ممثلين»، حتى لو كان التمثيل بارعًا.

قد تعمل أشياء كثيرة من أجل طفلك، وهذا جيد، ولكنه ليس كافيًا إذا أهملت من تكون أنت؟ ومن يكون هو؟

ليس حسنًا أن تكون الرسالة لأولادك: «لأني أبوكم.. لأني مثالي وجيد.. عليكم أن تكونوا وتكونوا!».

لماذا يقضي بعضنا عمره يلعن السجائر، وعلبة السجائر في جيبه؟

ولماذا نظل ننتقد الأجهزة الحديثة وهيمنتها، بينما نحن نحتضنها؟

تمثيل دور المحارب والمجادل عن الحقيقة، بينما الدافع هو تحقيق معنى «أنا موجود».

كثيرون يدقِّقون في نوايا الناس والخصوم، ولكنهم يرفضون التشكيك في نواياهم، أو مراجعة مقاصدهم.

المعارك تكرس الأنا، ذلك السبع الرابض المختفي وراء بعض تصرفاتنا الشرعية والأخلاقية التي قد نظن فيها الإخلاص، وننسى ما هو كامن في اللاوعي، اللاشعور، من الشهوة الخفية، كما يسمِّيها شدَّاد بن أوس رضي الله عنه.

يبدو الليبرالي الشهير شخصية ديمقراطية حوارية حين تهب الرياح لصالحه، ويبدو شرسًا داعيًا إلى الفوضى والتدخل الأجنبي أو العسكري حين تضعف حظوظه.

كما يبدو الإسلامي حقوقيًّا معتدلًا في العديد من الحالات، ولكنه يخفق في أول اختبار حين تتعارض القيم مع المصالح الفردية أو الفئوية.

ندّعي أن الخلاف لا يفسد للود قضية، بينما نتداعى إلى الصواريخ العابرة عند أول بادرة اختلاف.

أحد الثرثارين ذكر عبارة لشكسبير ونسبها للإنجيل، فاعترض عليه كارنيجي وأصرّ الرجل، واحتكموا إلى رجل متخصِّص في أدب شكسبير كان في المجلس، فقال: إنها من الإنجيل، ثم همس لكارنيجي:

إنها من رواية «هاملت» لشكسبير، ولكن إياك أن تبلغ الزاوية الحرجة في مجادلة أحد، فتجرح كرامته.

صار مبدأ كارنيجي: اكسب الجدل بأن تتجنبه.

وفي السُّنة: «أنا زعيم (ضامن) ببيت في رَبَض الجنة (أدناها) لمن ترك المراء وإن كان محقًّا». (أخرجه أبو داود، وحسّنه الألباني).

وفي جامع الترمذي، وسنن ابن ماجه: «مَن ترك المراء وهو محقٌّ، بنى الله له بيتًا في وسط الجنة». والأول أقوى.

لن تسمح الأنا لأحد بانتقاصها؛ فثمَّة حارس يحرسها من الانتهاك.

عندما ينتقدني أحد أو يلومني، فإن ذلك يُعد نقصًا للنفس، وستحاول «الأنا» أن تصلح الإحساس النفسي بالتبرير والدفاع واللوم.

وسواء كان الآخر على صواب أم لا، فالأنا مهتمة بالحفاظ على النفس أكثر من الحقيقة.

أن يصيح في وجهك شخص يقود سيارته: يا أبله، يا معتوه.. فهذا يعتبر آلية إصلاح غير واعية للأنا عن طريق الغضب.

شاب يقود سيارة ضخمة، تجاهل أسبقية سائق سيارة متواضعة، فلحق به السائق الظريف، وقال وهو يضحك: لماذا هذا؟ هل لأن سيارتي صغيرة؟ هل أنا «ابن الشغالة»؟!

الطرافة لا تعني أن نسمح بلفظة عنصرية تتعلق بالأم أن تمر.

الغضب يسبب تضخمًا كبيرًا ومؤقتًا للأنا، وكل المتطرفين في اختلالهم الوظيفي يخوضون تجربة العنف الجسدي..

الدور المشهور جدًّا هو دور الضحية المضطهدة التي تبعث على الشفقة والعطف، وتثير اهتمام الآخرين بمشكلاتها وقصتها ورحلة آلامها

التي لا تتوقف.

رؤية المرء لنفسه على أنه ضحية بسبب كونه تعرض لانتهاك جسدي أو عاطفي أو نفسي، أو لأنه تربى على التذمر.

أحيانًا نمارس التمثيل مع أنفسنا لكي نرتاح!

أن تقوم بما هو مطلوب منك في أي موقف دون أن يصحب ذلك «دور» فهو درس مهم في فن العيش الضروري.

أنت تصبح أكثر قوة إذا قمت بإنجاز العمل لأجل العمل فقط، وليس كوسيلة لتعزيز وحماية وتأكيد هويتك ودورك.

وجدت في المواقع الإلكترونية ملخصات لكتاب «الادّعاء وخداع النفس» تأليف آر دي لانج، ترجمة د. عادل ندى، وهو مؤلف في الفلسفة والفن والسياسة أكثر مما هو في علم النفس، ينطوي على العديد من النماذج والتطبيقات المفيدة.

التخلّي عن التمثيل صعب، ومهم، وأصدق ما يكون الإنسان مع نفسه في تلك اللحظة التي يؤمن فيها الكافر ويعيا فيها الشاعر!

حين يكون وجهًا لوجه أمام رحلة الآخرة.

هل الحياة مسرح؟ و كلنا ممثلون؟ وفي النهاية تسقط الأقنعة؟

{لَقَدْ كُنتَ فِي غَفْلَةٍ مِّنْ هَذَا فَكَشَفْنَا عَنكَ غِطَاءكَ فَبَصَرُكَ الْيَوْمَ حَدِيدٌ} (ق:٢٢).

الناس موتى فإذا ماتوا انتبهوا!

في المضايق والأزمات تظهر الحقيقة كاملة.

بعدما تموت ماذا سيقول الناس عنك؟

وكن رجــــــلًا إن أتوا بعده يقـــــــولون مرّ، وهذا الأثر!

تظل الـ «أنا» حية حتى بعد موتك!

أحدهم كان يطمع أن يكثر الناس في جنازته، ليقال: جنازة مشهودة!



13

طاغية

◆

الأنا الطاغية تبدأ بـ «أنا» وتنتهي بـ «مَن أنتم؟»، و«الكِبْرُ بَطَرُ الحقِّ وغَمْطُ الناس». (أخرجه مسلم).

وهي المعبرة عن طغيان الذات، الذي هو أصل الكفر والجحود.

يحتقر الأغيار حتى لو كانوا من شعبه أو حاشيته المقربة، خاصة حين يكونون أصحاب شرف ديني أو تاريخي أو اجتماعي، كما قال هشام حين رأى زين العابدين بن الحسين: من هذا؟

فكان رد الفرزدق:

هذا ابن خير عبـــــاد الله كلهم ... هـــــذا النقي التقي الطاهر العلمُ

وليس قولك من هـــذا بضـــائره ... العرب تعرف من أنكرتَ والعجمُ!

رفض الشيطان السجود لآدم، وقال: {أَنَاْ خَيْرٌ مِّنْهُ} (الأعراف: ١٢)،

وفرعون قال: {أَنَا رَبُّكُمُ الْأَعْلَى} (النازعات: ٢٤)، وقارون قال: {إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَى عِلْمٍ عِندِي} (القصص: ٧٨)، والنمرود قال: {أَنَا أُحْيِي وَأُمِيتُ} (البقرة: ٢٥٨)، وصاحب الجنتين قال: {أَنَا أَكْثَرُ مِنكَ مَالًا وَأَعَزُّ نَفَرًا} (الكهف: ٣٤).

الاغترار بالجنس أو بالعنصر أو بالسلطة أو بالمال أو بالعلم أو بالوزارة يغري بعبادة الذات، ونسبة الخير إلى النفس، والشر إلى الغير.

ولذا قال الشيطان: {رَبِّ بِمَآ أَغْوَيْتَنِي} (الحجر: ٣٩)، بينما قال آدم وحواء: {رَبَّنَا ظَلَمْنَا أَنفُسَنَا} (الأعراف: ٢٣).

الأنا المستكبرة لا ترى إلا ذاتها وحدها بلا شريك.

مسلَّمات العلم تمر عبر الذات: أعتقد أن سرعة الضوء تساوي كذا، وأن الشمس أكبر من الأرض بكذا..

وحقائق الشريعة تخضع لعقله، فهو يأخذ ويترك، ويستحسن ويستهجن، ويحرف الكلم عن مواضعه دون بصيرة أو علم، وفق ما يروق له، ويتكلم بتفاصح وتضخيم للكلمات، وتركيز على مخارج النطق وكأنه يقرأ قرارات نهائية لا مرد لها.

كيف له أن يسكت بينما الجميع يتساءلون عن قضية شرعية أو تاريخية، وهو يعتقد أن البشرية تفتقر إلى مثل حكمته وبصيرته؟

مَن لم يعبد ربه عبد نفسه.

الإكثار من ذكر النفس يولد نسيان الله {فَاذْكُرُواْ اللّهَ كَذِكْرِكُمْ آبَاءكُمْ أَوْ أَشَدَّ ذِكْرًا} (البقرة: ٢٠٠)، ذكر الآباء تمهيد لذكر النفس، وعوضًا عن ذكر النفس شرع لنا ذكر الله.

ومَن نسي الله أنساه نفسه {نَسُوا اللَّهَ فَأَنسَاهُمْ أَنفُسَهُمْ} (الحشر: ١٩).

معظم الرذائل ناتجة عن «توثين» الذات.

«آن جوبلز» كان وزير الدعاية لهتلر، وذات مرة كان يشرف على إعدام قسيس، فقال له: اتقِ الله فيّ، ولا تقتلني. ردَّ الوزير: يا غبي، لم يعد العصر عصر الله، إنه عصر هتلر.

انتهى به المطاف إلى أن انتحر هو وعائلته وزعيمه هتلر، والجزاء من جنس العمل.

استعلاء الذات يعني ازدراء الآخرين، والنظر للشعوب على أنها «دهماء» و«رعاع»، و«همج»، فلا بد من الوصاية عليها، وحمايتها من نفسها.

على النقيض يمكن استذكار «تشرشل» رئيس الوزارة البريطانية أيام الحرب الثانية، والذي حقَّق أعظم انتصار في تاريخ بريطانيا، لقد رفض أن يعلن الأحكام العرفية على شعبه أثناء الحرب، وقال: «لا أجمع على شعبنا وطأة الحرب، ووطأة الأحكام العرفية».

بعد النصر أخفق حزبه في الانتخابات العامة، وترك الرجل الوزارة بصورة طبيعية، ولم تهتف له الجماهير في الشارع «بالروح بالدم..»!

في سورة العلق قرن العلم بالإيمان؛ لقمع الغرور المعرفي.

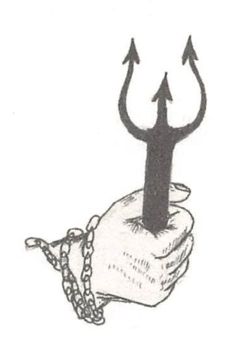
وشرع العبادة والسجود والقرب من الله لقمع الذات الطاغية المنفصلة عن ربها {كَلَّا إِنَّ الْإِنسَانَ لَيَطْغَى * أَن رَّآهُ اسْتَغْنَى} (العلق: ٦- ٧).

وذكّر بالرجعى والموت والبعث ليحفز النفس على النظر في حالها.

وذكر نموذج الطاغية أبي جهل الساعي إلى مصادرة حرية الناس في عبادة ربهم، وهو الذي ينهى عبدًا إذا صلى، وتوعده بقوله: {لَئِن لَّمْ يَنتَهِ

لَنَسْفَعًا بِالنَّاصِيَةِ * نَاصِيَةٍ كَاذِبَةٍ خَاطِئَةٍ} (العلق: ١٦- ١٧).

وفي السورة إشادة بالإنسان المترقي من «العلق» إلى «العقل».



14

دراما في المسجد

حين انْفتَل من صلاته، وتلا التسبيحات والأذكار الواردة بعد الصلاة، وهمّ بالنهوض، أمسك به جاره الذي صلى إلى جانبه، واستمهله القيام، وسلّم عليه، وأظهر قدرًا من البشر والحفاوة اللازمة، والتي عادة تصحب الداعية اللبِق، إنه يحسن الاستفتاح، ولا يفوّت الفرصة.

-جزاك الله خيرًا، وشكرًا، لقد سررت أني رأيتك في المسجد؛ فالمؤمن يحب لأخيه ما يحب لنفسه.

-وأنت جزاك الله خيرًا، ولكن متى كان المسجد حكرًا على أحد، وهل كان وجودي في المسجد شيئًا مستغربًا أو طارئًا، حتى تعلن عن سرورك؟

-أنا هكذا بطبعي أفرح بالخير للآخرين، ولذا أحببت أن أنبّهك على بعض الملحوظات في صلاتك، خاصة وأنك حريص على الامتثال

وتطبيق السنة.

-هات ما عندك!

قالها بضجر، لم يدركه الآخر، الذي انطلق يسرد ملحوظاته، ويتحدث عن طريقة القيام والقعود والركوع والسجود، وتفاصيل العبادة بما استكمل معه عشر ملحوظات، أخذها على جاره في الصلاة.

ثم ختم قائلًا بابتسام:

- تلك عشرة كاملة!

التفت الرجل الغريب، وسأل صاحبه بحدّة:

-وماذا عنك؟

-أنا بحمد الله من طبعي أتقبّل النصيحة، وأعرف أنني بشر يخطئ ويصيب، لست ملاكًا، ولا حتى عالمًا أو فقيهًا، فأنا إنسان بسيط، وأرجو ألا يمنعني من قبول الحق مانع.. وذات مرة نصحني أحد طلابي؛ فقبلت منه وشكرته!

أحسّ محدثه بأن الرجل مليء بالكبر المغلّف؛ فهو يتحدث بلغة «أنا»، ويؤكد بشريته، وكأن الأمر مشكل يحتاج إلى تأكيد، وينفي الملائكية، وعلى سبيل التواضع ينفي العلم، ويعبّر بالبساطة، وحتى يحكم اللغة فهو يرجو ألا يمنعه من قبول الحق مانع.. ويتحدث عن « طلابه » إذن هو يعترف بالأستاذية والمشيخة بلا وعي حين ينفيها بلسانه!

أيّ ثناء على النفس يقدر أن يقوله فوق هذا، ولكنه ثناء مدهون بلغة التواضع، ومثل هذا المدخل الشرير على النفس من أصعب الأسرار التي يعزّ على صاحبها كشفها ومعالجتها.

إنك تحاول أن توجه نظره إلى عمق نفسي في عقله الباطن، وتحمله على أن يراقب نفسه، ويلحظ تغوّلها وتسلطها، وأنها تكيل بمكيالين، ما بين ذاتها وبين الآخرين، أو بين من تحب وتوافق، ومن تكره أو تخالف، أو بين ما تألف وتعرف؛ فيسهل عليها قبوله وتسويغه، وما تنكر ولا تعرف؛ فتميل إلى رده أو التردد بشأنه، ولو كان مألوفًا مقبولًا عند آخرين، وكيف تتعامل أحيانًا مع النص الشرعي بهذه الانتقائية؛ فتحتج بنص وتكرره وتعظمه، ويسهل عليها تأويل نص آخر، لأنها اعتادت على تأويله ولم يكن له عندها الصدارة.

سرح الرجل الغريب في هذه المتاهة التي يقلّ سالكوها ويكثر منكروها، ثم التفت إلى صاحبه، وقال:

- أعظم خطئك عندي أنك واقف في صلاتك بين يدي ربك، وقلبك يسرح في وادٍ آخر؛ لقد أخللت بروح الصلاة، وأتيت على خشوعها، فلا أظن قلبك حاضرًا وهو يراقب جاره، ويحسب عليه حركاته وسكناته، ويستجمع أقوال المصنفين والفقهاء في القيام والقعود والركوع والسجود، ويستذكر راجحها ومرجوحها حسب دراسته وبحثه.. وينتظر أن تقضى الصلاة ليلتفت إلى جاره ويحاسبه على مخالفاته...

لم يَرُقْ هذا الحديث لمحاوره ومجاوره.. واستنتج منه أنه لم يتقبل النقد، ولذا واجه النقد بمثله، ثم ثنى بأن القول بوجوب الخشوع في الصلاة فيه خلاف شهير كبير بين الفقهاء، وهو وإن قال به أبو حامد الغزالي، ومال إليه ابن تيمية، إلا أن أكثر الفقهاء لا يرونه...

لم يعد همّ صاحبه أن يردّ عليه، لقد انتقل تفكيره إلى أفضل طريقة

للانصراف، وعدم تفويت موعده الضروري دون أن يسترسل الحديث ما بين النقد ونقد النقد، وما بين الهجوم والدفاع بواسطة هجوم مضاد.



15

الإنسان أولا

◆

ركب إلى جواري في الطائرة ذات مرة شاب غريب، بدت عليه ملامح الحزن والكآبة والانعزال عن الآخرين، وكأنه يتوجس خيفة من كل أحد يجالسه أو يحادثه أو يصافحه.. ويتساءل عن نوع الأذى الذي ينوي إلحاقه به.

كان يبحث في الدرج الذي أمامه عن أي شيء يدفن فيه رأسه، ويتشاغل عمن حوله.

خطر في بالي أن هذا الشاب هو بيت مغلق بأقفال، ولكي تلج إلى هذا البيت لأي غرض كان عليك أن تبحث عن المفاتيح.

ربما تريد أن تدخل مع هذا الإنسان أو غيره في مشاركة تجارية، أو في مشروع تقني، أو منجز ثقافي، أو تطمع في دعوته إلى خير، أو حمايته من شر، أو تريد أن تنتفع منه بحكم وجود حالة إيجابية لديه يمكن توظيفها.. وهب أنك تريد أن تقدم له خدمة ما يحتاجها..

ودون ذلك كله يكفي أنه رفيق سفر تقطع معه عناء الطريق.

أنت هنا أمام ثري، أو مبدع، أو قارئ، أو منحرف، أو شحاذ، أو ما شئت..

هو إنسان قبل أن يكون أيًّا من ذلك، وأي محاولة تواصل تتجاوز مبدأ الإنسانية ستنتهي بالفشل.

ومن حسن الحظ أنك أنت إنسان أيضًا، فلديك الكثير من المعرفة المفصلة والواقعية عن الإنسان وحاجاته وضروراته ومداخله ومشاعره وأحاسيسه.

لم يكن بمعزل عن الحكمة الإلهية العظيمة أن يبعث الله رسله من الناس، مثلهم يأكلون الطعام، ويمشون في الأسواق، ويتزوجون وينجبون، ويصحون ويمرضون، وتصيبهم اللأواء.

ولكل إنسان أسوار لا ينبغي اقتحامها ولا تجاوزها، ومداخل تناسبه بيد أنها تحتاج إلى اللطف والبصيرة وحسن التأتي، إنها أبواب، ولكل باب منها مفتاحه الذي لا يمكن الولوج إلا به.

وحين قال الرسول صلى الله عليه وسلم: «فمَن أحبَّ أن يُزَحْزَحَ عن النار ويَدْخُلَ الجنةَ، فلتأته منيَّتُهُ وهو يؤمنُ بالله واليوم الآخر، وليأت إلى الناس الذي يحبُّ أن يُؤتَى إليه..». (أخرجه مسلم).

كان يرسم منهجًا نبويًّا رائعًا في التعامل مع الآخرين، أن تضع نفسك في موضع الإنسان الذي أمامك وأنت تتعامل معه، ما الذي يروقه ويعجبه منك؟

أن تثني عليه بخير، ولا أحد إلا ولديه من الخير ما يمكن أن يثنى به عليه، وبصدق، دون خداع أو تزيّد.

أن تعرب له عن محبتك وتقديرك لشخصه الكريم.. وكيف لا تقدّر إنسانًا كرَّمه ربه واصطفاه وأحسن خلقه.

انظر في عينيه، وابتسم له بصفاء، وصافحه بحرارة، وتحدث إليه وأنت منبسط هاش باش، واختر الكلمات الجميلة السحرية

أَضاحك ضَيفي قَبلَ إِنزال رحله ... وَيُخصَب عِندي وَالمَحَلُّ جَديبُ

وَما الخَصبُ للأَضياف أَن يَكثُر القِرى ... وَلَكِنَّما وَجهُ الكَريم خَصيبُ

قبل أن تعطيه المال، أو توفر له الاحتياج، أو تجود عليه بما يطلب، أعطه وجهك وقلبك واحترامك وتقديرك، {قَوْلٌ مَعْرُوفٌ وَمَغْفِرَةٌ خَيْرٌ مِنْ صَدَقَةٍ يَتْبَعُهَا أَذىً} (البقرة: ٢٦٣)، اصنع هذا لزوجك الذي تدوم معه عشرتك طوال الحياة، واصنعه لولدك الذي خرج منك فأصبح كيانًا مستقلًا له شخصيته وتكوينه وحسابه ومسؤوليته الكاملة في الدنيا والآخرة.

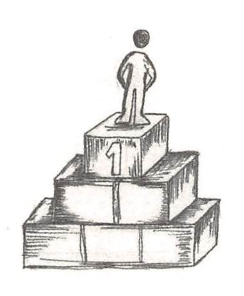
واصنعه مع زميلك في العمل، أو شريكك أو جارك الذي تلقاه كل يوم، أو كل صلاة.

واصنعه مع الخادم أو السائق دون ازدراء لإنسانيته، أو تحقير لشخصيته، واعتقد في داخلك أنه إن كان الله فضَّلك عليه في الدنيا بمال أو منصب فربما يكون فضَّله عليك في الآخرة بتقوى أو إيمان أو سريرة من إخلاص أو عمل صالح.

واصنعه مع الغريب الذي تراه لأول مرة، وربما لا تراه بعدها لتوفر لديه انطباعًا إيجابيًّا عنك، وعن الفئة أو الجماعة التي تنتمي إليها، ولتمنحه قدرًا من الرضا والسرور والفرح والاغتباط، وتبعث إليه برسائل من السعادة سوف يكافئك الله العظيم بما هو خير منها عاجلًا، فالمعطي

ينتفع أكثر من الآخذ؛ وللآخرة أكبر درجات وأكبر تفضيلًا.

واصنع ذلك بصفة أساسية لأولئك الناس الذين تريد أن توجههم أو تنتقدهم، أو تقدم لهم نصحًا يحميهم من ردى، أو يحملهم على هدى، وأنت عليهم مشفق بار راشد، فإياك أن تتعسف أو تتهم أو تجفو في أسلوبك فتحكم على محاولتك بالفشل المحتم حتى قبل أن تشرع فيها، وكان سليمان التَّيْمِيُّ يقول: «ما أغضبتَ أحدًا فقَبِلَ منك».



16

نقد الذات

كان يسير في مركبته بعكس الاتجاه، ويشاهد أرتال السيارات التي إلى جواره ماضية في طريقها.. وحين التقط صوت الجهاز اللاسلكي يقول فيه أحد رجال المرور للآخر: هنا سيارة تسير عكس الاتجاه، جعل يقلب رأسه ويتأفف قائلًا: ليتها سيارة واحدة، كل السيارات سائرة عكس الاتجاه!

حين حكيت هذه الطرفة لابنتي عززتها بقصة الرجل الذي اشتكى لصديقه أن زوجته ضعيفة السمع، فاقترح عليه الصديق أن يخاطبها من بعيد، ثم يقترب شيئًا فشيئًا حتى يعرف مقدار الضعف في سمعها. خاطبها سائلًا عن وجبة العشاء، ولم يظفر بجواب، واقترب وخاطبها أخرى، فثالثة، وأخيرًا وقف على رأسها وسألها عن وجبة العشاء.. ردت:

-خمس مرات أقول لك: دجاج بالفرن!

لم يخطر في باله أن الضعف في أذنه هو!
حين يتصل بك صديق ويحدث تشويش في الخط يتصرف تلقائيًّا وكأن الخلل في جهازك، أو المشكلة في الأبراج القريبة منك!
سنكون سعداء حين نشرح معاناتنا لأحد فيبدأ في التعاطف معنا، وإلقاء اللوم على الآخرين، بينما نعد من الخذلان أن يحاول تمرير رسالة هادئة مفادها أننا (ربما) نتحمل بعض المسؤولية.
وأن الحل يبدأ من عندنا، وحتى حينما يُتلى علينا القرآن {قُلْ هُوَ مِنْ عِنْدِ أَنْفُسِكُمْ} (آل عمران: ١٦٥). سنقوم بإيضاح أن المعنى أن الخلل في الناس الذين يشتركون معنا في الانتساب للإسلام أو للوطن، وليس معناه أننا شخصيًّا شركاء في التبعة والمسؤولية.
يطرب الناس لمتحدث أو كاتب يهاجم الخصوم والأعداء، ويشتمهم ويفضح ألاعيبهم وخططهم وهو محق فعلًا، فمن شأن العداوة أن تفرز مثل هذه الخطط والحيل والألاعيب.
لكننا سنشيح بوجوهنا ونتمعر ونزمُّ شفاهنا حين نجد الصوت يتعالى في نقد ممارساتنا، أو تحليل شخصياتنا، أو تفنيد بعض عاداتنا السيئة المستحكمة التي أصبحت جزءًا رئيسًا في طرائق تفكيرنا وسلوكنا الفردي، وتعاملنا الأسري، ونظامنا الاجتماعي..
قد نسير خطوات يسيرة، ونتجرع رشفة مرة ونتظاهر بالروح الرياضية، ونعلن أننا نقبل النقد بصدر رحب، وأن الذي ينتقدنا خير من الذي يمدحنا.. لننكفئ بعد ذلك، ونلتف على الموضوع مستنكرين حالة الإفراط في النقد، وأننا أصبحنا « نجلد » ذواتنا!
مصطلح (جلد الذات) صحيح، ولكننا نستخدمه أحيانًا في غير محله،

نستخدمه لتعثير المشرط الذي يتخلل جراحنا، ويضعنا أمام أخطائنا وعيوبنا وجهًا لوجه.

الذي ينتقد الأعداء يتحدث عن قضية مشتركة مجمع عليها، فالجميع يصفق له ويثني عليه، لأنه يتحدث في منطقة آمنة لا خوف فيها، ولكن ربما أفرط وبالغ حين صوّر إخفاقاتنا وكأنها من صنع أعدائنا ولا يد لنا فيها.

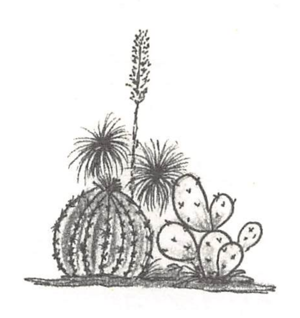
أما الذي يكشف عيوبنا أو يحاول، ولو لم يحالفه التوفيق، فهو يضع يده على موطن العلة، وما كانت سهام الأعداء لتضرنا لولا أننا أتينا من قِبَل أنفسنا، والله تعالى يقول: {وَإِنْ تَصْبِرُوا وَتَتَّقُوا لا يَضُرُّكُمْ كَيْدُهُمْ شَيْئًا} (آل عمران: ١٢٠).

الواقع الذي نعيشه أفرادًا وأسرًا وجماعات ومجتمعات وحكومات هو الشيء الذي نعبر عنه بـ « التخلف » فلماذا نتلبسه ونتشربه ونتعصب له ونحامي دونه، ونعتبر من يريد فصلنا عنه مؤذيًا وجارحًا ومتهجمًا؟

ما الذي يجعلنا أحيانًا نقول نقدًا كهذا.. ونهاجم أمراضنا وعللنا بقوة وشجاعة، ثم ننصرف وكأننا لسنا جزءًا من هذا الواقع المنقود.. هل نقدي يعني أنني بمنجاة ومعزل عن هذه الآثام الشائعة؟ عليّ حين أنتقد أن أدرك أن النقد يتجه إليّ أنا شخصيًّا مثلما يتجه للآخرين، وإلا فسيكون بلا معنى! إذا كانت محصلته أنني أنتقد لأثبت تفوقي على الآخرين وسلامتي من معاطبهم.

النقد ليس تشفيًا ولا تصفية حساب، لكنه طريق إلى الفهم والإصلاح والتدارك، وحين نكون مخلصين فيه سندرك أن الحق

هو أن نبدأ بأنفسنا ولا نجعلها استثناء، ولا نتعالى عن هذا الواقع وكأننا أوصياء عليه من خارجه {وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا الَّذِينَ صَبَرُوا وَمَا يُلَقَّاهَا إِلَّا ذُو حَظٍّ عَظِيمٍ} (فصلت: ٣٥).



17

سياسي شهير

كان عُتبة بن غَزْوان رضي الله عنه، أحد المهاجرين السابقين إلى الإسلام، والمهاجرين إلى الحبشة، والمنافحين عن جناب المصطفى صلى الله عليه وسلم، وأحد قادة الفتوح في عهد عمر، وكان أميرًا على البصرة، خطب يومًا فقال: «ولقد رأيتُني سابعَ سبعةٍ مع رسول الله صلى الله عليه وسلم، ما لنا طعامٌ إلَّا ورقُ الشجرِ، حتى قَرِحَتْ أشداقُنا، فالتقطتُ بردةً، فشققتُها بيني وبين سعد بن مالك، فاتَّزَرْتُ بنصفِها واتَّزَرَ سعدٌ بنصفها، فما أصبحَ اليومَ منا أحدٌ إلَّا أصبحَ أميرًا على مِصْرٍ من الأَمْصَار، وإنِّي أعوذُ بالله أنْ أكونَ في نفسي عظيمًا وعندَ الله صغيرًا، وإنَّها لم تكنْ نبوةٌ قطُّ إلَّا تناسختْ حتى يكونَ آخرُ عاقبتِها مُلْكًا، فستَخْبُرُونَ وتُجَرِّبُونَ الأمراءَ بعدي». (أخرجه مسلم).

رجع إلى المدينة مستعفيًا من الإمارة، فغضب عمر وقال: «تضعون أماناتكم فوق عنقي، ثم تتركوني وحدي؟ والله لا أعفيكم أبدًا».

وقفل عتبة سامعًا مطيعًا، ولكنه سأل الله تعالى ألا يرده إلى البصرة ولا إلى الإمارة، واستجاب الله له، وفاضت روحه الطاهرة على العهد بلا تبديل.

نموذج نادر في تاريخ البشرية وصل إلى الإمارة بعد جهاد طويل في ميدان الحياة والتطهير والتزكية والعلم، فلم تزده إلا زهدًا وتواضعًا.

وهو أحد تلاميذ المدرسة العمرية النادرة في حسن الاختيار، وإحكام الرقابة المالية والإدارية، والعدل ومساواة نفسه وأسرته بالناس حتى في أدق الأمور، وكان ختام صفحته البيضاء: «اللهم ضعف جسمي وكثرت رعيتي، فاقبضني إليك غير مفتون ولا مضيع».

النموذج الآخر جورج واشنطن أول رئيس للولايات المتحدة، تولى رئاستها عام (١٧٨٩م) بنسبة (١٠٠٪) من الأصوات، وحدد مجلس الشيوخ راتبه (٢٥) ألف دولار، وكان رقمًا كبيرًا آنذاك، لكنه رفض؛ حيث يرى نفسه خادمًا للدولة والوطن، كان مؤمنًا إيمانًا عميقًا باستقلال السلطات التنفيذية والتشريعية والقضائية، وبعد إعادة انتخابه أرسل خطابًا وداعيًا نشرته الصحف، وترك الرئاسة وعمره (٦٥) سنة، وكان يرفض الألقاب التبجيلية ويكتفي بـ «Mr President».

هذا وذاك يؤكد إمكانية وجود نموذج راقٍ لا تغيره السياسة، وليس ذاك حكرًا على زمن معين، ولا أمَّة خاصة.

حين يتولى السياسي أو الإداري منصبًا كالوزارة أو الإمارة أو ما دون ذلك من المسؤولية، غالبًا ما يتغير مزاجه، وتتأثر نفسيته وعلاقاته، ويشعر بعلو قدره عمن حوله، ويتماهى مع لحظته الحاضرة ناسيًا ما يمكن أن يحدث بعد ذلك..

يقول الشاعر العربي:

دعوت الله أن تعـــلو وتسمو   علـــــو البدر في أفق السماء

فلـــــما أن علوت بعدت عني   فكــــان إذًا على نفسي دعائي

ويقول أبو تمام:

إن الكرامَ إذا ما أيسروا ذكروا   من كان يألفهم في المنزلِ الخشنِ

ويفضِّل المسؤول عادة عدم الدخول في نقاش حول ما لا يريد، وتصنيف تلك القضايا على أنها تافهة أو مبتذلة أو بذيئة.

وعادة ما تؤثر ضغوط العمل وانشغالاته عليه فيصبح عصبيًّا سريع الانفعال.

كما تتأثر علاقته بأهله وأسرته، فيغلب عليها جانب الإغراق المادي، تعويضًا عن النقص العلاقاتي والعاطفي، وهروبًا من الإحساس بالذنب.

يتعود الشهير تصدر المجلس والحفاوة وحسن الثناء، حتى لا يستحسن ما يخالف ذلك، أو يظنه عدم رضى عنه، وقد يعزوه إلى الحسد.

كان مدح الملك فاروق على لسان كل صحفي إلا ما ندر؛ لأنه سرق قوت الشعب، ونثر حفنة منه على الإعلاميين ليمدحوه.

حين يتحدث إعلاميًّا يكثر من الوعود الزائفة، ولا يحاسب نفسه على مصداقيتها وإمكانية تنفيذها، لأن الناس عنده بلا ذاكرة.

يثني على العمل حين يكون مسؤولًا عنه، وكأنه هو والعمل شيء واحد، ونقد العمل استهداف له، فإذا خرج من العمل بدأ يذمه وينتقده.

المسؤول مهموم باسمه كيف يكتب؟ وكيف ينطق؟ وكم مرة يغادر مسؤول دولي حفلة رسمية لأن المقعد المخصص لا يتناسب مع مركزه، وكم مرة يشعر بالإهانة لخطأ في نطق اسمه، وكم مرة يغضب لأن قادة زاروه لم يحملوا له الهدايا، أو لأن خللًا ما حدث في البروتوكول!

حين يكون مجده من منصبه وليس من كفاءته فالولاية ولادة، والعزل موت.

عزل عمر عمار بن ياسر وسأله: أساءك عزلنا إياك؟ فقال عمار: لئن قلت ذاك لقد ساءتني الولاية وساءني العزل.

وعزل خالد بن الوليد في قصة مشهورة.

وكان يقترح تحديد مدد الولايات بسنة أو سنتين أو أربع على اختلاف الروايات.

كان يعلم أن الطغيان يتسلل إلى النفوس تدريجيًّا حتى يستحكم ويغلب.

من سار في خط تصاعدي منذ صباه قد يعتقد أن الأمر اختيار إلهي، وأنه من طينة غير بقية الناس، ولن يجد نكهة النجاح ولذته.

كان العز بن عبد السلام يؤدِّب الأمراء، ورتب أمر بيع أمراء المماليك حتى همّوا بقتله، وباعهم وغالى في ثمنهم، ومن الواضح أنه كان يريد قمع روح الطغيان المتأصلة في نفوس الزعماء.

ذهب ذات مرة إلى السلطان في يوم عيد في القلعة، فشاهد الأمراء والخدم يقبلون الأرض أمامه، وشاهد الجند صفوفًا، ورأى العظمة والأبهة تحيط به، فتقدم إلى السلطان، ووقف وسط المجلس أمامه، وناداه باسمه مجردًا:

- يا أيوب، ما حجتك عند الله إذا قال لك: ألم أعطك ملك مصر، فلماذا تبيح بيع الخمور؟

فرد السلطان:

- وهل جرى هذا؟

- نعم؛ تباع في حانات كذا وكذا، وأنت تتقلب في نعمة هذه المملكة.

- يا سيدي أنا ما عملت هذا، هذا من زمان أبي.

- أنت من الذين يقولون: إنا وجدنا آباءنا على أمة!

فأصدر السلطان أمره بإغلاق الحانات، وشاع الخبر بين أهل القاهرة، فسأله أحد تلاميذه عن السبب الذي جعله ينصح السلطان في مثل هذا اليوم، وهذا الموقف، وبهذه الطريقة؟

أجاب الشيخ:

- يا بني! رأيت السلطان في تلك العظمة، فأردت أن أذكره لئلا تكبر عليه نفسه فتؤذيه.

سأله التلميذ: أما خفته؟ أجاب:

- والله يا بني لقد استحضرت عظمة الله تعالى فرأيته أمامي كالقط!

ومن هذا الموقف وأمثاله سمي بـ «سلطان العلماء».

الذين قضوا أعمارهم في غربة أو كربة، وتلقنوا دروس الحياة، وعرفوا أن الدهر دول، وأنها لو دامت لغيرهم ما وصلت إليهم، يصبحون أكثر ممانعة عن التغيير السلبي الذي يلحق أصحاب المناصب.

حين تنتهي الحياة يأخذ الإنسان حجمه الحقيقي بعيدًا عن الأبهة {فَمَا مَتَاعُ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا فِي الآخِرَةِ إِلَّا قَلِيلٌ} (التوبة: ٣٨).

خرج النبي صلى الله عليه وسلم من مكة مستخفيًا، وقريش تحاربه

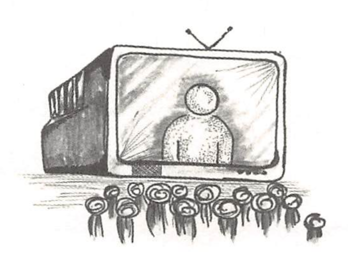
وتهدر دمه، ودخلها فاتحًا، لم ينصب مشانق، ولم يقم محاكمات، ولم ينزع ملكيات.

التغيير الذي أحدث ليس لصالح قبيلة أو أسرة أو فرد، ولكنه فتح القلوب والعقول لدين الله {إِذَا جَاءَ نَصْرُ اللَّهِ وَالْفَتْحُ * وَرَأَيْتَ النَّاسَ يَدْخُلُونَ فِي دِينِ اللَّهِ أَفْوَاجًا * فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَاسْتَغْفِرْهُ إِنَّهُ كَانَ تَوَّابًا} (النصر: ١-٣).

النصر والفتح من الله، والهدف دخول الناس في دين الله، وحياتك أوشكت على الانتهاء، فاختمها بالتسبيح والاستغفار.

درسٌ يجب أن يقف عنده الساسة كلهم، وخاصة ونحن نشهد جيلًا جديدًا من الساسة الإسلاميين والوطنيين الذين يحتاجون إلى هذه الروح ليحافظوا على القيم النبيلة التي طالما لقنوها من حولهم، فلا تسكرهم خمرة النصر والجماهير، ولا تشغلهم الحياة الدنيا عن الآخرة. عليهم أن يحاربوا السلطة المطلقة، فهي مفسدة مطلقة لا تصمد لها نفوس البشر، ولا يصلح الناس إلا نظام مؤسسي، مستقل السلطات، صارم الرقابة.

وقف مدير إحدى الجامعات أمام الأساتذة، وطلب منهم عدم المشاركة في مؤتمر أو نشاط إلا بموافقته، محتجًا بأن الزوجة لا تتصرف إلا بإذن زوجها!



18

مشاهير ولكن

من العقول العالمية النادرة «آلبرت آينشتاين» واضع النظرية النسبية، وأبو الفيزياء الحديثة، وبسبب ذكائه أصبحت كلمة «آينشتاين» مرادفة لـ «العبقرية».

لم يستطع الحصول على عمل مناسب في شبابه، واجه مشكلات عويصة زوجية، واكتنف الغموض مصير أولاده، وأصيب أحدهم بانفصام الشخصية، وعاش الآخر بعيدًا عن والده، حاربه القوميون الألمان لأنه يهودي ألماني، وحاول آخرون النيل من حقوقه في نظرياته مما اضطره للهرب إلى أمريكا، وقبل وفاته اتهمته المخابرات الأمريكية بالميول الشيوعية؛ لأنه قدم انتقادات لاذعة للرأسمالية، وكتب مرة: «لقد أصبحت مشاغبًا في وطني الجديد بسبب عدم قدرتي على الصمت والصبر على كل ما يحدث هنا».

ومع كونه يهوديًّا ومتأثرًا بالصهيونية في مرحلة من حياته، إلا أنه ظل

يغير آراءه، ورفض منصب رئيس دولة إسرائيل، قائلًا: «أنا رجل علم ولست رجل سياسة»، وعندما مثل أمام اللجنة الإنجلو أمريكية عبر عن عدم رضاه عن فكرة الدولة اليهودية، وقال: «كنت دائمًا ضد هذه الفكرة».

تكلم آينشتاين عن التباين بينما يعتبره الناس إنجازًا له وقدرات، وبين حقيقة من يكون وما هو بارع فيه، كان قدره أن يصبح فردًا من أشهر رجال العالم، ولكنه ظل متواضعًا بسيطًا لا يرى في نفسه أيَّ مزية أو موهبة.

كان يقول: حين كنت صغيرًا كان ما أردته وتوقعته، أن أجلس في زاوية ما، وأقوم بعملي، دون أن أجلب انتباه أحد، والآن انظروا ماذا حل بي؟

يروى أنه كان في طريقه لإلقاء محاضرة، فقال له السائق:

- أعلم يا سيدي أنك مللت تقديم المحاضرات وتلقِّي الأسئلة، فما قولك في أن أنوب عنك بإلقاء هذه المحاضرة، خاصة وأنهم لا يعرفونك شخصيًّا، وشعري منكوش مثل شعرك، وشبهي قريب منك، ولديَّ فكرة لا بأس بها عما سوف تقوله؟

أعجب آينشتاين بالفكرة، ووقف السائق على المنصة، وجلس العالم العبقري الذي ارتدى زي السائق في الصفوف الخلفية!

سارت المحاضرة على ما يرام، ووقف بروفيسور يطرح سؤالًا من الوزن الثقيل، يحس بأنه سيحرج به آينشتاين.

هنا ابتسم المحاضر، وقال للبروفيسور: سؤالك هذا ساذج إلى درجة أنني سأكلف سائقي بالجواب عليه!

وتقدم آينشتاين من مقعده في آخر القاعة، وأجاب على السؤال وسط

ذهول الحاضرين.

من المؤكد أنه قدَّم للمعرفة الإنسانية خدمة نادرة، ولكن ماذا قدَّم لنفسه؟

كل ثناء الناس لن يسمعه، ولم يكن يكترث له أصلًا.

من هذا الجانب فقط فعامل كادح مغمور سعيد مع نفسه وزوجه وولده، أو أعرابي في صحرائه يتسقط مواقع القطر أحسن حالًا منه!

جدير بالمؤمن بالله أن يكون متواضعًا لعظمته مهما علت منزلته، وتميزت موهبته.

يشتهر كثيرون بالرياضة، والوجدان الجماهيري يتشكل الآن بصورة دعائية لصالح لاعبين شباب.

وفي الأدب والدراما والرواية تسمى الشخصية المحورية «بطلًا» حتى لو كان لصًّا أو قاتلًا مأجورًا..

الخطيب المفوه يشتهر سريعًا، إنه ينسى نفسه إذا شاهد الجمهور الذي يستمع إليه، وربما تصبب العرق منه في البرد.

سُئل أحدهم ذات مرة عن سر براعته في الخطابة؟

فقال: أصعد المنصة لا أدري ماذا سأقول، فإذا شاهدت الناس صرت كالمذياع الذي يتلقى موجات المحطات، فأدخل في شبه ذهول أو غيبوبة.

القنوات الفضائية سهلت طريق الشهرة لكثيرين، وبعض البرامج مخصصة لصناعة النجوم بطريقة مفاجئة وصادمة، فالشاب أو الفتاة يمضي عقدًا مع القناة تتم بموجبه صناعته ثم استهلاكه وتسويقه، ثم التخلص منه.

الشهرة السريعة قد تفقد الشاب اتزانه، فيتصرف بطريقة يندم عليها، وبسبب الأضواء ترتبك رؤيته عن ذاته.

والطفل حين يشتهر يفقد جزءًا من براءته وعفويته، ويعتاد على الترسيم والتمظهر!

يقول ابن عطاء السكندري: إذا تعاطيت أسباب الشهرة في بدايتك، قلَّ أن تفلح في نهايتك!

طريق الشهرة محفوف بـ «المعجبات» المتابعات للنجم في (تويتر) و(فيسبوك) وعبر البرامج والتطبيقات، وهو مدخل للعلاقات المشبوهة، ثم المحرمة، والزواجات السرية، وبعضهم يتصرف بطريقة «يعلك ويلفظ»!

عرض عليَّ شاب ديوانه المخطوط يستشيرني في طباعته، فقلت له:

لم تستعجل الشهرة وهي آتية لا ريب فيها إن كنت من أهلها؟

المشاهير لا وقت لديهم لعلاقات جادة وعميقة وراسخة جديدة، وعلاقاتهم السابقة ستتضرر كثيرًا، هم يشتغلون على المجاملة وكسب الأتباع بطريقة سريعة ورسمية.

الدراسات تقول: إنهم غير مهتمين للآخرين على الإطلاق، بل مهتمون لأنفسهم وتعزيز ذواتهم، ويبحثون عما يجعلهم أكثر أهمية.

يتعاملون برسمية مع الآخرين مما يولِّد «صدمة» عند كثيرين.

شعر أحدهم بأنه أهم شخص، وتخلَّى عن أصدقائه، وأصبح قاسيًا سريع الغضب، وربما انقطع عن أهله، ولم يعد مكترثًا بالمناسبات والولائم العائلية.

ظهر أمام الناس شخصًا هادئًا وصبورًا، وحنونًا مبتسمًا، وخلف

الكواليس هو نزق عجول وكئيب.

يا بني، عش حياة البساطة بعيدًا عن التكلف والتعقيد، اركب سيارة الأجرة، واصنع الطعام والشاي بنفسك، واحمل حاجاتك بيدك، كما كان النبي صلى الله عليه وسلم يخيط ثوبه، ويخصف نعله، ويحمل اللبن مع أصحابه، ويكون في مهنة أهله، فإذا أذن المؤذن خرج إلى الصلاة.

كثير من المشاهير يأخذون مقالب في أنفسهم، ويكبر لديهم الوهم بتميزهم، وينسون ما كانوا عليه بالأمس، وما يمكن أن يكونوا عليه غدًا.

سُئل ابن المبارك عن معنى العُجْب؟ فقال: أن ترى أن عندك شيئًا ليس عند غيرك!

تتضخم الـ «أنا» عند المشهور، ويطيل الحديث عن إنجازاته، ويتحايل لتمرير رسائل تدل على أهميته، وكثرة ما يستقبل من اتصال وسلام ومشكلات..

ليس كل المشاهير سيكونون مثل ابن باز أو الشعراوي أو الغزالي أو أحمد ديدات أو عبد الحميد كشك في عفويتهم وبساطة عيشهم.

ليس كل المشاهير يعترفون بأخطائهم بالطريقة التي تكلم فيها ابن تيمية في آخر عمره حين قال: «ندمت على تضييع أوقاتي في غير القرآن».

كلمة «التضييع» قاسية ولكنها مقصودة هنا.

كثير من الناس تغيرهم الشهرة حتى على زوجاتهم وأبنائهم وأقاربهم وجيرانهم.

قد يرى المشهور نفسه مستجيبًا لطبيعة المرحلة، ولكنه حين يعود إلى

وضعه الطبيعي يجد نفسه وقد خسر الكثير من الأصدقاء.

الشهرة تجعلنا نتمحور حول ذواتنا، ونقيس الآخرين بقدر ما يقدمون لنا أو يتعاملون معنا.

فلان كان سلامه عليّ باردًا، والآخر لم يقبّل رأسي، وذاك نظر إلي ولم يأت للسلام، زيد لم يقدمني للإمامة، عبيد عرَّض بي (هو لم يقصد ذلك).

تخيَّل شهيرًا قام ليعظ، فسكته الإمام.. كيف سيكون انطباعه؟

لابد أن ينتفض ويقول: إن السكوت مذلة، ويرى هذا من منع كلمة الحق، ولكنه لن يتساءل عن حظ النفس في موقف كهذا.

يا بني، مَن لا يعرف طريق النزول فسوف يسقط سقوطًا، «حَقٌّ عَلَى اللهِ أَنْ لا يَرْتَفِعَ شَيْءٌ مِنَ الدُّنْيَا إِلَّا وَضَعَهُ».

حين نكون مشاهير شرعيين، دعاة، أو مفتين، أو أساتذة، أو قضاة، فعلينا أن نطيل التحديق في دواخلنا، ونتساءل عن التنافس المحموم بيننا، وعن سر الحرص على تنويع العباءات «البشوت» وألوانها، والسيارات وموديلاتها، ونوع السكن، ونوع الضيوف، وطريقة الاستقبال..

أحدنا يختبر مكانته عند الناس، وهيبته، وقد اعتاد أن يُقدَّم له طعامه ولباسه وأدواته، حتى الحذاء يجده مصفوفًا أمامه!

كم نحن مشغوفون بالتساؤل حول مدى احترام الناس لنا، وإنصاتهم لما نقول، ومنهمكون في مقارنات مع الآخرين؛ أين نتفوق عليهم وأين يتفوقون علينا؟

كان ابن المبارك يقول:

يا معشر القـــراء يا ملـــح البلـــد   ما يصلـــح الملح إذا الملح فسد؟

إن صفاء النفس، وسلامة القلب من الحقد والحسد، وحب الخير للناس، والفرح بإشراقهم ونجاحهم، هو أعظم رصيد لسعادة الدنيا وفلاح الآخرة.

إلهام السفر:

السفر مصدر إلهام جميل.

تلتقي بأناس لم تعرفهم، تكتشف حقولًا جديدة، تشاهد آثار الصنعة الإلهية في الطبيعة، أو آثار الإبداع البشري من معالم التاريخ أو إنجازات الحاضر.

حين تجد نفسك في سفح جبل شاهق ستشعر كم أنت صغير في كون الله، وحين تقف بجوار عمود روماني شديد الضخامة في لبنان أو المغرب، أو هرم فرعوني ستشعر بالضآلة!

في السفر يتاح للمرء أن يتخفف من الرسميات والمجاملات، ويلبس ويأكل كما يعجبه، وليس كما يعجب الناس.

يمشي في الطرقات والمضامير، ويسبِّح الله، ويقرأ القرآن، ويتأمَّل في الملكوت.

يعيش بين أناس لا يعرفونه، ويتعاملون معه كإنسان فقط، وليس كشخص معروف، وبذلك يعيدونه إلى حجمه الطبيعي، ويزيلون التورم أو الانتفاخ الذي ربما شعر به يومًا.

لن يجد مَن يصافحه أو يستوقفه أو يسأله أو حتى ينظر إليه.

أحدهم دخل مكتبة، ورأى شخصًا قادمًا كأنه يريد السلام عليه، وتهيأ الرجل لذلك، فإذا بالقادم يقول له: «زيحْ الله يخليك زيحْ!».
قد يجد مَن يؤذيه أو يهدِّده أو ينتقده أو يوبخه، وقد يكون ارتكب خطأً فعلًا لعدم خبرته بأعراف الناس وقوانين البلد.
سيجد سائق شاحنة متعطلة في الطريق يطلب منه أن يساعده في دفعها.
الكتابة في السفر شيء رائع تحضر معه المشاعر النبيلة والإلهام والحنين والمناجاة والتجدد، قد يكتب في حديقة، أو شرفةٍ مطلة، أو قطار محتشد، وهو يريد أن يكتب، وأن يحتفظ بذكرى المكان والزمان والجو والصحبة.
ثَمَّ علم نفس خاص هو «علم نفس النجوم والمشاهير» يعالج الاضطرابات النفسية الناتجة عن الشهرة.
وللفائدة ومعرفة المزيد من التراجم والخصائص يمكنك مطالعة:
«موسوعة مشاهير العالم» (٥ مجلدات) فهو مصدر غني يمكنه أن يضيف لك الكثير.

غرائب:

ستجد الكثير من غرائب مشاهير العالم ما بين الشذوذ والخيانات، والاعتقاد بالأرقام، وما يمكن أن يطلق عليه «غريب الأطوار».
نيتشه، أديسون، دستوفسكي، تشارلز ديكنز، أوبرا، ليدي غاغا، واشنطن ديزيل، ميسي..
جورج واشنطن كان خجولًا لا يستطيع أن يخطب في العامة.
تولستوي كان يكنس غرفته، ويرتدي ثياب الفلاحين، ويصنع حذاءه

بنفسه.
في التاريخ الإسلامي تجد رداءة الخط، سهولة الانخداع، اعتزال الناس، وفي كتاب «سير أعلام النبلاء» الكثير من غرائب المشاهير، ولكن التربية الاجتماعية والثقافة السائدة تحصر الغرائب والشذوذات غالبًا في دائرة من يترجم لهم أبو الفرج الأصفهاني في كتاب الأغاني.
«بهلول» شخصية غريبة مشهورة، تروى عنه الحكم والمواعظ والمعارف الروحية، وتروى عنه قصص الخيال والتوهم، وقد ذكر ابن الجوزي طرفًا من أخباره في كتاب «صفة الصفوة».

نسيان المشاهير:
حضر أحدهم دورة، وطلب منه المدرب أن يكتب رسالة لشخص أثَّر في حياته، فتذكَّر معلمة درسته في الابتدائي، وكتب لها رسالة عاطفية جميلة أعجبت المشاركين.
قرر أن يرسلها إليها فلم يجدها حيث كانت قبل، عثر على بريدها وأرسلها إليها، بعد شهر جاءه الرد.
لقد صادفت هذه الرسالة الوفية فراغًا عاطفيًّا عميقًا، لقد مات زوجها، وتفرَّق أبناؤها في أكثر من بلد، ولم يعد يذكرها أحد، لقد أحست بالغربة والاكتئاب، وجاءت هذه الرسالة لتستدر دموعها فأجهشت بالبكاء، تقول: لقد أحسست أن جهدي لم يضع هدرًا، ولذا وضعت هذه الرسالة في إطار خشبي وعلقتها في غرفتي.
أجمل الزيارات هي تلك التي نقوم بها لأناس كانوا من صنَّاع الحياة المؤثرين في التربية، أو النفع العام ثم تواروا عن الأنظار.

زرنا الشيخ علي الطنطاوي رحمه الله، عبد الوهاب الطريري، وعايض القرني، وأنا، في شيخوخته، وكان يفرح أشد الفرح بزوّاره، ويستوحش من الوحدة، وأذكر أن زياد الدريس كتب عن زيارته له مقالًا في مجلة «المعرفة».

الشهرة كالمال، كالمنصب، يجب ألا تكون غاية بذاتها، وألا تصرف الإنسان عن ذاته وحقيقته.

أشهر الناس هم الأنبياء، ثم الأولياء، والله تعالى قال: {وَاجْعَلْنَا لِلْمُتَّقِينَ إِمَامًا} (الفرقان: ٧٤)، ومن لوازم الإمامة المعرفة، حتى كان الإمام أحمد يقول: «اشتهرت.. اشتهرت.. وددت أني في مكان لا أعرف أحدًا ولا يعرفني».

وفي الحديث: «رُبَّ أَشْعَثَ مدفوعٍ بالأبواب، لو أَقْسَمَ على الله لأَبَرَّه». (أخرجه مسلم).

وكان بعض السلف يتركون بعض الأعمال الصغيرة خشية الشهرة بها، قال معمر: كان في قميص أيوب بعض التذييل (الطول) فقيل له؟ فقال: الشهرة اليوم في التشمير.

فقاعة خفية:

حين أخذ صاحبي يتحدث عن صديقه القديم، ويسرد بعض فضائله رحمه الله، لم أشعر بالغيرة، أُدرك أن الحياة تتسع للكثيرين من أصحاب الفضائل، وتحتاج للمزيد منهم.

وأنتَ تكسب أكثر؛ حين تصرّ على عادة الفرح للآخرين، وتدرب قلبك عليها مرة بعد مرة، شارِك إذًا في الثناء المعتدل على هؤلاء الأخيار،

وادع لهم وبارك، وإذا كنت لا تعرفهم فلا أقَلَّ من أن تعبّر عن شعور الاغتباط بوجودهم وذكرهم، وتردد: ما شاء الله، ذلك فضل الله يؤتيه من يشاء، تقبل الله منهم، وبارك في جهدهم.

وإياك أن تظن أن إنجازهم يعرقل إنجازك، بل هو رديفه ومساعده وداعمه، ولا أحد يأخذ رزق غيره، والفرص بعدد بني آدم (وبناته)، بل لا أبالغ إذا قلت: إن الفرص هي بعدد أنفاسهم لو شاؤوا!

ولا شيء يمنح الحيوية للحياة ذاتها، وللأحياء مثل التنافس في الخير، والتسابق إليه، وهو ما حث عليه الذكر الحكيم؛ كما في قوله تعالى: {وَفِي ذَلِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ}(المطففين: ٢٦)، والسبق هنا قبل أن يكون بالأعمال المحسوسة التي يراها الناس ويحكمون على الفرد والجماعة من جرائها، إنما يكون بصفاء الباطن، ومتانة العلاقة مع الله، وسلامة النية، وحسن المراقبة، وحسن الظن بالناس، وسائر المعاني القلبية الإيجابية التي قلّما يتنافس الناس فيها لخفائها، مع أنها هي سرّ السبق.

وهذا من لطيف المعاني في الفرق بين « السبق » وبين « التنافس»، وقد روي عن بكر بن عبد الله المزني أنه قال: «إن أبا بكر رضي الله عنه لم يفضل الناس بكثرة صلاة ولا صوم، وإنما فضلهم بشيء كان في قلبه».

(كما في نوادر الترمذي الحكيم).

فأصل السبق هو سبق القلوب، وهو ما يقل تنافس الناس فيه لخفائه ودقته وغفلة معظم الخلق عن تحقيقه.

ثم إن صاحبنا الممدوح قد أفضى إلى ربه، ورحل من زمن ليس بالقصير، ولعل الكثير ممن حوله قد نسوه، فضلاً عمن سمعوا به عن بعد، فضلاً عمن لم يسمع به أصلاً.

ومن الطريف أن ابن مالك حين كتب ألفيته قال فيها:

وتقتضي رضـــا بغيــر سُخْـطِ فـــائقـــةً ألفيـــة ابـــن مُعطِـــي
بالغـــةً في العـــد ألـــف بيـــتِ..

ثم أرتج عليه فلم يدر كيف يكمل البيت، ونام.. فرأى ابن معطي يبتسم له ويقول:

والحـي قـد يغلـب ألـفَ ميـتِ!

فالأموات لا يدلون بحججهم، ولا يدافعون عن مواقفهم، ولا يردون على خصومهم، أو هكذا نظن!
ولعل الحقيقة أن صمتهم أبلغ من كلام غيرهم، ويروى عن الوزير المغربي أنه قال:

مررتُ بقبرِ ابنِ المبارك غدوةً فأوسعني وعظًا وليس بناطقِ
وقد كنتُ بالعلم الذي في جوانحي غنيًّا وبالشيبِ الذي في مفارقي
ولكن أرى الذكرى تُنبه غافلا إذا هي جاءت من رجالِ الحقائق!

وعندما انتقل صاحبي إلى الضفة الأخرى، وبدأ يلمح بعيب ويُجَمْجِم ولا يكاد يُبين.. فكل ابن آدم خطاء، والعصمة للأنبياء، ولا يخلو المرء من نقص أو عيب.. ويدندن حول هذا المعنى، راقبت قلبي فوجدت قدرًا من الراحة! وداخلني شعور بحب الاستشراف والمعرفة.. ليتني أعرف ما يقصد دون أن أتجرأ على سؤاله ماذا يعني بالضبط؟ وما هو النقص الذي يلمح إليه في شيخه الجليل؟!
وحدثتني نفسي أن النقص الذي يعنيه هو من جنس النقص الذي

تعانيه.. فهاهنا الراحة، لن نشعر بالغربة، ولن يقسو عليك ضميرك أكثر، فهاهم الآخرون لديهم العيوب ذاتها، والنقائص عينها، فلست فردًا ولا غريبًا في الباب.

استعذت من الشيطان، وترحمت على الراحل، واستغفرت له، وللمؤمنين والمؤمنات، وانقلب الأمر عليّ بعتابين:

عتاب على الاستسلام للنقص والخطأ بحجة أن المرء مجبول عليه، وتوطين هذا داخل النفس بدلًا من ملاحقته ومطاردته كما أمر الله {وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ} (العنكبوت: ٦٩).

وعتاب آخر على الاسترواح من التعريض بعيب مسلم له فضله وقدره، لمجرد الرغبة في المشاكلة والتشابه.

وجعلت أسأل نفسي: لماذا نفرح بمدح الأفاضل وتعداد محاسنهم، ولا نحزن لذكر بعض عيوبهم أو نقائصهم؟

نعم أنتِ يا نفس أحسن حالًا ممن يفرحون بزلات الآخرين؛ ليدينوهم بها ويشهروها عنهم، ويحطوا من قدرهم، وتلك لعمري منقصة عظيمة، ومثلبة جسيمة.

وأنت أحسن حالًا ممن يحزن لصواب الآخرين، ويضيق بنجاحاتهم، ويتمنى لهم الفشل والعثرة والإخفاق، ليستمتع برؤيتهم وهم يتجرعون الهزيمة، وكأنه لم يقرأ قول البارئ تعالى: {أَمْ يَحْسُدُونَ النَّاسَ عَلَى مَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ} (النساء: ٥٤) على أن هذا من عواقب الوقوع في الخطأ وتكراره، وعقوبات التساهل بالزلة مهما بدت صغيرة أن يألفها المرء حتى يحب أن يوافقه الناس عليها..

مشاهير في الكهف:

ذو القرنين: كان شهيرًا سياسيًّا بلغ المشرق والمغرب، كان مؤمنًا عادلًا، لذلك قال: {هَذَا رَحْمَةٌ مِّن رَّبِّي فَإِذَا جَاء وَعْدُ رَبِّي جَعَلَهُ دَكَّاء وَكَانَ وَعْدُ رَبِّي حَقًّا} (الكهف: ٩٨).

الرحمة كانت شعاره في الإنجاز والبناء والفتح والتعليم.

أهل الكهف: شباب خرجوا بإيمانهم، وغيروا ورضوا بالكهف الذي ينشر الله لهم فيه رحمته، ويهيئ لهم من أمرهم رشدا، وتخلوا عن الترف والمتعة والدلال في البلاط الملكي.

الخضر وموسى: نبيان معلمان مكلمان، يتعلَّم كلٌّ منهما من صاحبه، عتب الله على موسى حين قال إنه أعلم أهل الأرض، وأخبره بوجود الخضر، وفي كل مرة كان موسى يحتج على تصرف فيذكره الخضر بالصبر، ثم يكشف له الأمر {وَمَا فَعَلْتُهُ عَنْ أَمْرِي} (الكهف: ٨٢).

درس في التواضع والتعلم والسفر والعفوية.

صاحب الجنتين ثري نسي ربه وجحد لقاءه، وظن أن المال يكفي، فأحيط بثمره، {فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلَى مَا أَنفَقَ فِيهَا وَهِيَ خَاوِيَةٌ عَلَى عُرُوشِهَا وَيَقُولُ يَا لَيْتَنِي لَمْ أُشْرِكْ بِرَبِّي أَحَدًا} (الكهف: ٤٢).

أخرجوني من جلباب أبي:

تَحَدَّث إليَّ بعزمه على الانتقال من مدرسته الثانوية إلى مدرسة أخرى بعيدة عن منزله، وحين سألته عن السبب، أجاب بامتعاض بأن أساتذة المدرسة وإدارييها يعاملونه على أنه «ابن فلان»، ولا يساعدونه على تَقَمُّص شخصيته الحقيقيّة، هو يريد أن يذهب لمدرسة لا يعرفه فيها

أحد، وألا يكون اسم والده غلًّا يُقيِّده ويُلاحقه.

إذا تَفَوَّقت وجدت نظرات العيون التي تقول: تمت مراعاته استرضاءً لخاطر أبيه، وإذا فشلت سمعت من خلفي من يردد:

- النار ما تخلف إلا الرماد!

فأنا في الحالين مذموم محطم.

حين أبتسم لجاري في الفصل يعاتبني الأستاذ.. هذا وأنت ابن فلان، و«عليك الشرهة!»

من حولي يلبسونني ثوبًا فضفاضًا لا يلائمني.

أنا كيان مستقل، روح مختلفة، وعقل جديد، وجسد غض، وخبرة قليلة تريد أن تعيش التجربة، وتكتشف بنفسها الخطأ والصواب.

أريد أن أصرخ بالذين من حولي:

- أخرجوني من جلباب أبي!

أُحسُّ أنني في أكمل حالاتي حين أتصرف بعفويتي دون أن أتلفَّت يمينًا وشمالًا، دون أن أطيل الحسابات ودراسة ردود الأفعال تجاه كل شيء أفعله.

حين أُخطئ أُحبُّ أن أُعاقب على الخطأ لأنني أخطأت فحسب، وليس عقاب التأنيب والتوبيخ، واستدعاء العلاقة البيولوجية مع والدي.

حين أصيب أحب أن أحصل على مكافأتي لأنني أصبت، لا أن يُجَيَّر هذا الصواب لأبي أو أسرتي.

لا؛ لست أريد التَنكُّر للأرض الطيبة التي نشأت فيها، ولا أن أجحد الجميل لقلوب رعتني في صغري، على أنني أظن أنني بلغت من السن (١٨ سنة) ما يجعلني أهلًا لِتَحمُّل مسؤوليتي بنفسي.

قد يظن أحدهم وهو يكلمني أنه الوحيد الذي يتحدث بهذه الطريقة، أما أنا فأعلم أن ابن عمي، وأستاذي في المدرسة، وابن خالتي، ووالد صديقي، وإمام المسجد، والشرطي الذي أوقفني في مخالفة مرورية، وآخرين لا أتذكّرهم كلهم يخاطبونني بهذه اللغة، وكأنني لا أستحق أن يتحدثوا إليَّ ككائن مستقل له وجوده الخاص، وسِجِلّه المدني، ومسؤوليته الإلهية، وذمته المالية، وشخصيته المختلفة عن الآخرين، المختلفة حتى عن الوالدين!

إذا بَدَرَ مني نزوة، أو تجشمت خطأ، أو ارتكبت مخالفة ما، فهذا قراري الخاص، وأتمنى ألا يحملني الآخرون على تكراره حين يذكرونني باستمرار أنني صلة الوصل لأبي، والامتداد الطبيعي لكينونته.

أستاذي الكريم:

لا بد أنك قرأت في كتب التربية، وعرفت جيدًا ما يدور في رأس مراهق مثلي من المشاعر والانطباعات، فهل تجد فيما قرأت أن إلغاء شخصيتي، ووضع صورة والدي بدلًا من صورتي؛ يساعد على نضجي وتجاوزي لعثرتي؟

هل تريد أن تشعرني بالتبعة المضاعفة لأي شيء أعمله؟ تبعة العبء الشخصي، وتبعة سمعة والدي التي تحاول أن تقول لي دومًا إنها على المحك!

قد يكون مقبولًا منك أن تقول مثل هذا الكلام مرة، لكن أن تقوله في كل مرة فهو مما يصعب عليّ استيعابه.

أو يكون مقبولًا منك لو أن الأمر اقتصر عليك، لكن أن يكون الناس من حولي كلهم يشيرون إلي بإصبعين؛ فهذا لا شك يستفزني!

هل تصدّق أن أحد معارفي رآني ذات مرة في مناسبة عامة، وقبل أن يُكمل التحية إذا به يُمرر يده الكريمة على خدي منتقدًا غياب بعض الشعرات هامسًا في أذني:

- خَلِّك مثل الوالد!

أم هل تعرف أن رجل مرور أخرجني من زنزانتي -بعد ثلاث ساعات- ليقول لي وهو على مكتب الوظيفة، وقبل أن تعود المياه إلى مجاريها:

- ما هو رأي الوالد في (.......)؟!

قد يعزّ عليك أن تفهم عتبي، إلا لو كنت في مقامي، وواجهت الذي أواجه.

محبّو والدي أرهقوني بمحبتهم وافتراضهم أن أكون صورة طبق الأصل عمّن أحبوه.

وخصومه حمّلوني وزر أخطائه وعثراته، وليس من النادر أن يتغير سياق الحديث ووجهه في المجلس بمجرد ما يمر ذكر اسمي.. لأجد من يقول:

- أنت ولد فلان؟

ثم يتحول الحوار إلى محاكمة واستعراض لزلاتٍ لفظية، أو مواقف غير جيدة، في نظر أولئك الجلساء..

صدِّقني لست متحمسًا للدفاع، وإن كنت أشعر بالغضب في داخلي، فقط أريد أن أقول لهم إنهم سمعوا الاسم خطأ، ولست أنا الشخص الذي يتحدثون عنه!

أنا كائن آخر فيه منه ملامح، وفيه من غيره ملامح، لست نسخة مُعدّلة من الكتاب، بل أنا عنوان آخر وكتاب جديد.

حتى أنت يا والدي العزيز.. لم تعد تعاملني كابن يحتاج الحب والعطف والحنان والعلاقة الروحية الوجدانية، ولا كمراهق يحتاج الصبر وطول النفس وسعة البال، ولا كإنسان مستقل له حاجاته الفطرية، وضروراته المرحلية.. أصبحت تقول لي دومًا: ماذا سيقول الناس عنّا؟

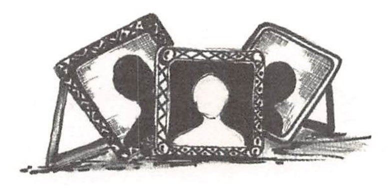
أَتَقبَّل جيدًا أن أكون في مجتمع مترابط محكم العلاقة، هذه الصلة الجميلة هي التي أشعرتني بالانتماء، وضبطت بوصلتي، وساعدتني على رسم هويتي.

بيد أنني أضيق ذرعًا بهذا الترابط؛ حين يتحول إلى طوق من الملاحقة، والتنصت، والفضول، والتطفل، واستدعاء الروابط دون مناسبة..

ذكِّرني أيها الأب العزيز بقيمتي الذاتية، وبمسؤوليتي الخاصة، احترم خياراتي، قَدِّم لي النصح المحض، واصبر على بعض حماقاتي حتى أتجاوزها بنفسي، وبدعم منك وإسناد، وليس بتحطيم وتدمير وإزراء.

لا أريد أن تكون أيها الأب الداعية واحدًا من الناس الذين يُذكِّرونني باستمرار بأنه لا قيمة لي إلا باعتباري ولدك فحسب، وكأنني المضاف إليه، المجرور بالإضافة حسبما علمنا أستاذ النحو! فأنا قبل ذلك من ذرية إبراهيم الخليل، ومن ذرية آدم، وربما تسلسل نسبي في العديد من الأنبياء {وَمِنْ ذُرِّيَّتِهِمَا مُحْسِنٌ وَظَالِمٌ لِنَفْسِهِ مُبِينٌ} (الصافات: ١١٣).

هل تراني أجحفت أو تجاوزت؟ إن كان ذلك فلك العتبى حتى ترضى، ولكنها نَفْثَة مصدور.



19

أنا وأنت

هذا اسم لعبة لغوية: أنا البحر وأنت الموج، أنا القمر وأنت الضوء، أنا القلب وأنت النبض.. إلخ.

التكامل والحوار بين الشركاء، والأزواج، وزملاء العمل، ورفاق الطريق.

إنها اللعبة الأجمل، وبإزائها لعبة: أنت تعتدي وأنا أصبر، أنت تخطئ وأنا أتسامح، أنت تسيء وأنا أنسى!

وكلٌّ يرى طرقَ الغوايةِ والهدى ولكنَّ طبعَ النفسِ للنفسِ قائدُ

من دون الآخرين ستظل تجهل أشياء كثيرة عن نفسك ومن نفسك.

الوجبة لا طعم لها حين تتناولها بمفردك.

النكتة ليست مضحكة إلا مع الآخرين.

اللغة مؤسسة اجتماعية تقتضي وجود آخر تتفاهم معه وتسمع صداه.

حتى الصم يتعاملون بلغة الإشارة والحركة والضحك، وهم أحيانًا أشد تواصلًا من الأسوياء.

زارني مرة أصم أعمى، اسمه «فايز»، وكان يبدي قدرة على الفهم والتعبير ومعرفة الأشخاص من أول لقاء بطريقة مذهلة.

الاعتراف بالآخر هو اعتراف بالنفس {وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ} (النساء: ٢٩) {فَسَلِّمُوا عَلَى أَنْفُسِكُمْ } (النور: ٦١).

حين تحاول انتهاك الآخر؛ فأنت تحرض على فعل المثل في حقك.

وحين تحفظ مقامه وحقه؛ فأنت تؤسس لمجتمع الحقوق.

الابتسامة تعبير عن الإحساس بالأنا وبالآخر، وهي تبدأ من الشهر الثالث للطفل أو قبل ذلك، وتساعد على تكوين صورة إيجابية عن النفس، وعن الآخر، وتكوين الانطباع الأول والأهم.

ابتسامة بظهر الغيب:

كان يهاتف صاحبه وبينهما آلاف الأميال، ووجد حافزًا يقول له: لكي تثبت صدقك وصفاءك عليك أن تبتسم، وفعلًا ابتسم ابتسامة واضحة، وبدا له أن أثر هذه الابتسامة سيظهر على طريقته في الحديث؛ لينتقل الأمر إلى الطرف الآخر، الذي سيشعر بالامتنان والسرور بأن شخصًا يبتسم له بعفوية دون أن يراه.

«تبسُّمُكَ في وجه أخيك لك صدقةٌ». (أخرجه البخاري، والترمذي، وابن حبان).

كان صلى الله عليه وسلم يترجم ذلك واقعًا عمليًّا؛ حتى قال عبد الله بن الحارث بن جَزْء رضي الله عنه: «ما رأيتُ أحدًا كان أكثرَ تَبَسُّمًا من رسول الله صلى الله عليه وسلم». (أخرجه أحمد، والترمذي).

حتى في يوم مرضه الذي توفي فيه صلى الله عليه وسلم، لم تغب عنه الابتسامة، فقد خرج عليهم وهم صفوف في الصلاة، فكشف ستر الحجرة، ينظر إليهم وهو قائم كأن وجهه ورقة مصحف، ثم تبسم يضحك. (كما في صحيح البخاري، وصحيح مسلم).

وهو يؤسس بذلك لنوع من العطاء العاطفي الذي يتسامى على المادة، ويحلّق في عالم الروح.

قال: السمـــاءُ كئيبـــةٌ وتجهّمـــا   قلتُ: ابتسم، يكفي التجهم في السّما

قال: الصبا ولى؛ فقلت له: ابتسم   لـن يـرجـع الأسفُ الصّبا المتصرّما

الضحك صفة إنسانية بامتياز، والإنسان هو المخلوق الوحيد بين سكان الأرض الذي يتلقاها ويتعاطاها.

ليس المقصود بوجه أخيك أي: حين يراك؛ بل يشمل الرؤية، أو التواصل الذي يمنح البسمة معنى جماليًا رائعًا؛ لتمسح الكثير من التوتر والجفاف، وتعيد العلاقة إلى شفافيتها وروحانيتها.

يقول جرير بن عبد الله رضي الله عنه: «ما حَجَبني رسولُ الله صلى الله عليه وسلم منذ أسلمتُ، ولا رآني إِلَّا تَبَسَّمَ في وجهي». (أخرجه البخاري، ومسلم).

هنا تصبح الابتسامة عادة، وقد ابتسم النبي صلى الله عليه وسلم لفَضالة بن عُمير، الذي جاء بخطة تستهدف قتله.

وهذا يتطلب تدريب عضلات الوجه على الابتسامة القوية، دون تردد أو خجل أو استنكاف، فثمة من يرى الابتسامة الدائمة علامة على نقص العقل والهيبة.

وآخرون يتكلفون حركة يسيرة لشفاههم، لا تكاد تُرى لسبب يسير؛ هو أنهم لم يتعودوا..

ولِمَ لا يتدرب المرء ويجرّب أن يبتسم بمفرده، أو يتذكر موقفًا طريفًا أو نكَتة ثم يبتسم لها، وإذا لقي أحدًا ابتسم دون حساب؟

لا تستجمع أن بينك وبين الآخر الذي لقيته مشكلة؛ تحول بينك وبين مُلاقاته بالبِشر، أو أن ثمة خلافًا منهجيًّا أو فكريًّا أو حزبيًّا أو مذهبيًّا أو تجاريًّا أو مدرسيًّا أو عائليًّا.. يجعلك تقتصد حتى في الابتسامة.

ولِمَ لا يتدرب المرء على الابتسام وقد بدأ الأطباء في استخدامه كأساس لاَستراتيجية علاجية، تقوم على استخدام تقنيات الاسترخاء من خلال تعلم طرق نفسية وتمارين خاصة.

فالابتسام يحفظ للإنسان صحته النفسية والبدنية، ويساعد على تخفيف ضغط الدم، وينشط الدورة الدموية، ويزيد من مناعة الجسم ضد الأمراض والضغوطات النفسية والحياتية، ويساعد المخ على الاحتفاظ بكمية كافية من الأوكسجين.

وتكرار الابتسامة يريح الإنسان، ويجعله أكثر استقرارًا، بل إن الابتسامة تقلل من حالات كثيرة من الاكتئاب التي يمر بها الإنسان.

جميل أن تنتقل الابتسامة من حالة عابرة، إلى صفة ملازمة دائمة للوجه «أن تلقى أخاك بوجهٍ طَلْقٍ». (أخرجه مسلم).

وتفيد الابتسامة والضحك الخفيف في إرخاء العضلات، وإبطاء إيقاع النبض القلبي، وخفض التوتر الشرياني..

الابتسامة رسالة تعبّر أولًا عن شخصك، وأنك صافٍ من دون عقد، أو مشكلات أو كآبة.

والابتسامة تعبير عن تواصل مباشر، حتى قبل الحديث والسلام مع شخص تعرفه أو لا تعرفه، فتفتح طرقات العلاقة، وتذلل صعوبات الاتصال، وتحقق المقصد الذي تأمله وترجوه منه.

هي بذاتها صدقة منك على نفسك، بتجردك من الكبر أو التّعاظم، ورؤية الذات، أو الانقباض والتشاؤم.

وهي صدقة على الآخرين لأنك تمنحهم بها أنسًا وسعادة ونفسًا، خاصة حين تكون تعبيرًا صادقًا عمّا في قلبك لهم، وليست ابتسامة صفراء، أو ميكانيكية، أو معبرة عن غضب (ابتسامة المُغْضب) أو عتب أو موجدة..

ابتسم لأخيك حين تلقاه.

وابتسم له حين يحدثك عبر الهاتف.

لتنتقل عدوى الابتسامة إلى الآخرين، ولتغدو العلاقة حبًّا ووادًا ووفاءً وحسن ظن، واستحضارًا لعوامل الاتفاق ومشتركاته، بدلًا من استحضار عوامل الاختلاف التي ما كان ينبغي لها أن تؤثر في قيمة الخُلُق الكريم الذي يتعامل به الإنسان مع أخيه الإنسان.





20

أنا ونحن

◆

قد يحافظ الفرد على ذاته، ويتكيف مع الآخرين، وقد يتجرد من ذاته ليتماهى في المجموع.

الوجه الإيجابي هو الاندماج في المؤسسات المدنية، والخضوع للأنظمة السارية النافعة، والحصول على مستوى من التثقيف والوعي يرتقي به من الأنانية الضيقة إلى روح الفريق.

معظم الانتصارات العسكرية تسجل باسم القائد، والجيش كله مشارك فيها، دون أن يشعر الأفراد بهضم حقوقهم، فالسمع والطاعة أساس في النظام العسكري.

في إضراب جماعي أجبر سجناء فلسطينيون السلطةَ الصهيونية على الإذعان لمطالبهم المشروعة فيما سمي بـ «معركة الأمعاء الخاوية»!

هدف رياضي سجَّله فريق ريال مدريد ضد فريق فالنسيا، حيث تمت صناعة الهدف عبر (١٣) تمريرة تقريبًا من (٩) لاعبين، وسجل الهدف

فان نيستل روي. لو شعر واحد منهم بعدم أهمية عمله لما تحقق الهدف.
سيارة سباق تفوز بسبب روح الفريق في قصة نادرة..
تعامل أفراد «مكلارن» بسرعة بالغة في منطقة الصيانة، وحافظوا على هذه السمعة بتغيير المقود والإطارات الأربعة لسيارة البريطاني «لويس هاميلتون» خلال ما يزيد قليلًا على ثلاث ثوان فقط.
وكان هاميلتون بطل العالم عام (٢٠٠٨م) يعاني من مشكلة في التحكم خلال الفترة الأولى من السباق، وكان يجب عليه تغيير التروس باستخدام يده اليمنى بدلًا من اليسرى، لذلك قرر الفريق تغيير مقود سيارته والإطارات الأربعة عند دخول السائق منطقة الصيانة.
وقال هاميلتون: «لم يسبق لي تغيير مقود سيارة أثناء أحد السباقات من قبل. فعلنا هذا في اختبارات برشلونة من قبل».
وأضاف: «نزعت مقود السيارة قبل إيقافها وألقيته بعيدًا، ثم وضع الفريق مقودًا جديدًا، وضغطت لتغيير الترس الأول وانطلقت بعيدًا، كل هذا خلال ما يزيد بقليل على ثلاث ثوان».
قدر من التفاني ضروري لإنجاز أي عمل مهم، أكان دعويًّا شرعيًّا، أم اقتصاديًّا، أم سياسيًّا..
قد تُصاب «نحن» بطغيان يفوق طغيان الأنا، فيصبح تسلطًا على البشرية.
جماعات وأمم تلبس لبوس الكبر، وتتحدث بلغة الاستعلاء، وتتشدق بنظرات الغرور، وتدعي أن قولها الفصل.

«we are the best»

«we are the first»

منطق إبليس نفسه، وهو أول مخلوق عنصري {أَنَا خَيْرٌ مِنْهُ خَلَقْتَنِي مِنْ نَارٍ وَخَلَقْتَهُ مِنْ طِينٍ} (الأعراف: ١٢).

طغيان الأنا الجماعية يجعل حكومة ما محكمة العالم، ويمنحها حق شن الحروب والتصفيات، وتصنيف العالم إلى أخيار وأشرار.

هو طغيان الفوقية الاجتماعية أو «الإمبريالية الثقافية» كما يسميها «إدوارد سعيد» في كتاب شهير له بهذا الاسم، فهو الاستعلاء الحضاري الذي تصاب به الأمم المتقدمة عسكريًّا، فتقرأ العالم من خلال مركزيتها الغربية، ومفرداتها الحضارية، دون استحضار لمعايير الآخرين وتنوعهم.

قد ينظر شعب إلى نفسه على أنه «شعب الله المختار»، ويمنح نفسه حق تصفية شعب آخر وحرمانه من وطنه كما يفعل الصهاينة.

في عالمنا العربي تتضخم القبيلة خاصة في ظل فشل المشروع السياسي ومؤسساته.

أحدهم كان يقول: «أبغض شيء عندي العنصرية والعبيد»!

كأن البشر ليسوا كلهم من تراب وماء، ومن أب واحد وأم واحدة، وكأنه لا يؤمن أن الخلق كلهم عبيد الله، وكلهم يأتونه يوم القيامة فرادى، مجردين من كل الألقاب والأشياء إلا من صحائف أعمالهم.

جليسي أدار بصره ذات مرة على من حوله، وحين اطمأن أنهم من رجال القبائل أطلق نكتة تحتقر من ليسوا كذلك، وهو مرتاح!

التفتُ إليه وقلت له: أنا من هؤلاء الذين تعنيهم!

ارتبك قليلًا قبل أن يشاهد تطمينات صديقنا المشترك!

الزواج والصداقة والثقة والشراكة والوظيفة تخضع لمعايير القبيلة أو

اللاقبيلة، أو المنطقة..
آلاف المحاضرات عن مرض السكر أو الكوليسترول لن تفلح في شطبها من قائمة الأمراض واسعة الانتشار حتى يتحول الأمر إلى وصفة علاج يومي، مع حمية غذائية صارمة.
كذلك هي العنصرية!
ثمة مجتمعات تسحق الأنا وتلغيها أو تكاد، فتعبر عن نفسها بطريقة غير سوية.
الأب المسيطر على حركة أولاده وخياراتهم السلوكية والتعليمية والاجتماعية.
المجتمع الذي يركز على قيم الجماعة وهويتها، وتبعية الفرد لها، وتبني معاييرها ولو على حساب ذاته وتميزه وطموحه وإبداعه، يقتل الإحساس بالمسؤولية الذاتية والأهمية الشخصية، والهوية الخاصة.
العدوان على الممتلكات العامة والحدائق والشوارع والمياه ووسائل النقل هو إحدى نتائج سطوة الجماعة على شخصية الفرد، وإلا فما معنى أن تقدس المجتمع شكليًّا، ثم تسعى في تدمير ممتلكاته ومؤسساته.
القسوة على الحيوانات والطيور ليس سوى احتجاج مبطن وصرخة استنجاد!
إنها إحدى العيوب العميقة التي سجلها «فوتوهارا» في كتابه «العرب في عيون يابانية».
السلوك الاستهلاكي وتوسيع دائرة الممتلكات وإضفاء صبغة الثراء تعبيرًا عن الافتقار للأهمية.
النفاق الاجتماعي وثقافة القطيع أو الرقيق وفقدان الاستقلال

الشخصي.

(خالف تعرف) هي الوجه الآخر، الرغبة في الظهور دون رسالة صادقة.

قانون العيب الذي يخضع له الكثيرون كعادة اجتماعية دون محاكمته إلى الشرع ولا إلى المنطق.

في السلوك الاجتماعي الظاهر: الزي، الزواج، العنوسة، الطلاق، الفشل التجاري..

التنبؤ برد فعل الناس يكون شديد الحساسية، ومبنيًّا على قصص ومواقف سابقة.

العرب يصفون صاحب المكانة العالية بأنه «يشار إليه بالبنان»، ويقولون أحيانًا «النار ولا العار».

الشعور بالأنا مثل النظر في المرآة، والمرآة هنا هي الدائرة المحيطة، فلا يشعر الإنسان بذاته إلا عبر معاملة من حوله له، ونظرتهم إليه باحترام أو احتقار.

ينظر الإنسان إلى نفسه غالبًا من خلال ما يبدو من نظرة الآخرين إليه.

تجربة أجريت على مجموعة أطفال، وضعت الحلوى في طريقهم، فملؤوا جيوبهم منها.

تم تمريرهم من الطريق ذاته، والحلوى متاحة، ولكن المرآة هذه المرة تكشف لهم أنفسهم حين يهمون بالسرقة! لوحظ أنهم توقفوا.

المرآة تفضحنا أمام ضمائرنا وجهًا لوجه.

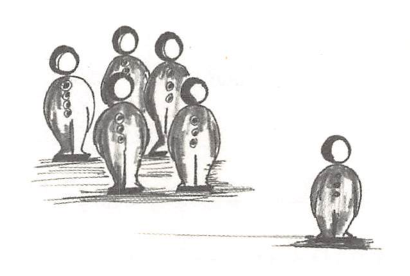
حين تكون المرآة معوجة ينعكس ذلك على الصورة تمامًا.

الإحساس بالظلم الاجتماعي يؤدي بشريحة إلى الانتماء الخاص الذي

تستقوي به على غيرها، وتعرب عن رفضها للتهميش، ومن هنا تتغذى الطائفية المذهبية، ويتغذى التعصب القبلي المقيت.

المجموعات المنفصلة عن المجتمع والمستعدة لمواجهته لا تشعر بحاضر ولا بمستقبل مشترك، وقد تتحول مشاعرها إلى عقيدة راسخة كما تحدث بدقة «إيريك هوفر» في كتابه «المؤمن الصادق» الذي ترجمه د. غازي القصيبي.

إنه سجن الذات في حركة جماهيرية راسخة الحدود، بعد فشل الانتماء للمجتمع وربما القبيلة.



21

كيف أنسى الماضي؟

حين تزوجها شعر بأنه يملك روحها وعقلها وجسدها، فلا بأس من الفضول إذًا، والتنقيب عن تفصيلات الماضي، الخيال الخصب، وربما تجربته الخاصة توحي له بأن ثمّة أسرارًا مكتومة (وبعض السر لا يسر).. هي طوع يمينك، وبين يديك، بمقدورك أن تدرك قدر إخلاصها لك، واستعدادها للتضحية من أجلك، فَلِم العيش في دهاليز الماضي ومنحنياته، ولِم تتحول علاقة الحب والصفاء إلى جلسات استجواب ومحاكمة وشكوك؟

أنت بحاجة إلى أن تنتقل من الماضي إلى المستقبل، وحين تسكن بيتك الجديد فماذا ستحمل معك من المنزل القديم؟

ستحمل أشياءك الجميلة، وتحفك الثمينة، وكل ما خفّ حمله وغلا ثمنه.. أما الأثاث البالي فلن تسمح أن يشوّه الصورة الجديدة التي يظهر مسكنك أمام أسرتك وضيوفك بها.

تفاءل وافتح رئتيك للهواء العليل..

اسعد بالحاضر وجمالياته ومننه التي لن تراها حتى تركل غشاوة الأحزان عن طريقك، وترفعها عن عينيك، وتتشح بالتفاؤل والأمل والرضا.

هل يمكن نسيان الماضي؟

يبدو ذلك صعبًا، ولكن علينا ألا نعيش في الماضي بكل أحاسيسنا، ولا نستسلم لسطوة التاريخ التي تحول دون رؤية الحاضر.

في الماضي أمجاد نتحدث عنها، فالبكاء على الأطلال عشق عربي خلده الشعر وازّينت به الخُطب، وبات مَهربًا عند النوازل، على أن أولئك العظماء الذين نتحدث عنهم؛ كانت عظمتهم أنهم عاشوا عصرهم، وصنعوا مستقبلهم، ولم يشغلهم الماضي على حد قول القائل:

ألهَى بني تَغلبٍ عــــن كلِّ مكرُمَة	قصيدةٌ قالَهَا عـــــمرُو بن كلثُومِ
يفاخرون بهـــــا مذ كان أولهـــم	يا للرجـــال لفـــــخر غير مشؤوم

في الماضي آلام ومحن وإخفاقات: فَقْدُ عزيز يصعب نسيانه، خيانة زوج، فشل مشروع، قسوة قريب، إعراض حبيب، انفصال، هزيمة..

قاوم بجدارة..

الماضي لا يموت، كيف وقد عشناه بكل جوارحنا ومشاعرنا، يبقى مخزنًا في الشعور وفي اللاشعور، ومن المهم أن نبرمج الطريقة التي نتعامل بها معه.

ذِكر الله وتسبيحه مصدر هائل للطّاقة والإلهام، فمنه كل شيء، وله كل شيء.

الإيمان بالقدر يسكب في القلب رضًا {مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ} (التغابن: ١١)، {مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ فِي الْأَرْضِ وَلا فِي أَنْفُسِكُمْ إِلَّا فِي كِتَابٍ مِنْ قَبْلِ أَنْ نَبْرَأَهَا} (الحديد: ٢٢).

ولأمرٍ ما جاء الكشف عن وجود القدر السابق، والإذن الإلهي، والكتاب المسطور، في مقام الحديث عن المصيبة؛ ليحدث الرضا والإيمان وهدوء القلب.

التصالح مع الواقع والرضا به، ومحاولة تحسينه وتطويره دون جبرية أو استسلام.

الأصدقاء هم عدة للنوائب، هذا وقتهم، لتعيش معهم أويقات من المتعة والفرح، ولتتكلف شيئًا من السرور، لا تحرم شفتيك الابتسامة، ولا تمنع لسانك الحديث، شارك وبارك، أنت هنا تحفّز طاقتك الذاتية، وتُفعّل وجدانك.

لا تكبت عواطفك، فقَدْرٌ من البوح هو متنفس للأحزان.

تحدّث بإيجابية، ولا تسمح لكلمة سلبية عن ذاتك أن تمر على لسانك، فأُذُنك تسمعها وعقلك يحفظها، واللاوعي يقوم بتخزينها، اللاوعي ليس بدعة ابتكرها علماء النفس، هو حقيقة تدركها حينما تتذكَّر شيئًا ثم تنساه، ثم تتذكَّره.. أين كان حين نسيته؟ ولو طمره النسيان المحكم سيظل مؤثرًا بقدْر أو بآخر.

في الماضي الذنوب والأخطاء والغدرات والفجرات، وربما ما تسميه أنت بـ«الجرائم»! خاصة حين يحتدم الشعور بالذنب... حتى المعصية هي بقدَر، ومع الاستغفار ومحاولة التوبة و «الندم» المعتدل، ستجد رحمة الله تحوطك، وعنايته تحرسك، ومغفرته تسكّن لوعة قلبك.

لا تُطِل الوقوف عند أخطائك، إلا بقدر ما تقتبس منها حافزًا لمستقبل أفضل، ولتعويض رشيد.

أعطِ نفسك مساحة من التسامح فيما ليس بمحرم، خاصة عند الحاجة، وإذا أخطأت فلتكن قسوتك على نفسك بالقدرة على الاستغفار والاعتذار وعدم التكرار، ولا تنسَ أن الله كريم ورحيم وطيب وغفور:

توضأ القلب من ظني بأنك غفـــ ـــار وصلى وكانت قبلتي الأمل!

أكثر ما يكون الندم حين تتذكر إساءاتك للآخرين {أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْبِحُوا عَلَى مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ} (الحجرات: ٦)، وأكثر من يحسّ بذلك أصحاب الضمير الحي {يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا} (الحجرات: ٦).

اعتذر لمن أسأت إليه بشجاعة، وبسرعة، وبصورة مباشرة، واطلب الصفح، وخذ على نفسك عهدًا ألا تعود، واجعل لمن أسأت إليهم حظًّا من دعواتك، وثنائك الطيّب، وصلتك، وصدقتك.

مع السنوات أدركت أنّ الاعتذار لا يُسقط الهيبة.. أجمل الاعتذارات ما كان في موطن قوة.. أن تعتذر لطفلك، لزوجك، لتلميذك، لعاملك، لشعبك.. أن تعتذر لنفسك.

بشجاعة يخرج الرياضي ليعتذر لزميله، أو رئيس النادي ليعتذر لجمهوره.. لكن هناك من الكراسي ما تتعالى وتترفَّع عن الاعتذار.. نتذكر النكبة والنكسة وأعوامًا أخرى ويغيب الجاني، وعلى الشعوب أن تتحمَّل الأخطاء دون سؤال!

http: / /www.youtube.com /watch?v=MpRF٥fBfORc

حين تلاحقك أشباح الماضي، وتحرمك متعة الحاضر، جرب أن تستغفر

الله عشرًا ومائة وألفًا، دون ملل، قرر أن يكون الخطأ سببًا في صواب أعظم، كما فعل عمر حين قال ما قال يوم الحديبية.. قال: فعملت لذلك أعمالًا.

عند بعضهم ممنوع أن تخطئ، وإذا أخطأت فممنوع أن تتكلم عن خطئك، وعند آخرين جاهزية للتشهير والفضيحة وكأنهم ملائكة أطهار!

الإشفاق والخوف المعتدل مطلوب.. رجل من السلف ركبه دين؛ فقال: إنني أعرف لماذا أصابني هذا الدين.. قلت لرجل قبل أربعين سنة: يا مفلس!

اللامبالاة مصيبة، كما التأنيب المفرط حين يحمل على الكآبة والعجز والانقطاع.

أدِّ واجبك نحو أسرتك، وأعطهم وقتًا كافيًا وشعورًا صافيًا، وصمم على أن تكون الأب والزوج المثالي.

«صانع الموت» نوبل الذي اخترع الديناميت، وكسب منه ثروة هائلة، هو صاحب جائزة نوبل للسلام والإبداع والمعرفة، والتي أراد منها تصحيح جزء من خطئه، مع أن الديناميت يُستخدم لأغراض سلمية.

بطل رواية «البؤساء» غيّر اسمه، ودمّر كل ما يمتّ للماضي البئيس بصلة، وظل الماضي يتبعه {فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِينَ} (المائدة: ٣١).

غيّر نفسك من الداخل وتطبّع مع الماضي.

في الماضي صدمة عدوان أو تحرش أو اغتصاب، هنا الإحساس بالأذى، وازدراء النفس، الكتمان وعدم البوح، الشعور المفرط بأن الناس يعرفونه ويشيرون إليه.

ثم حالات عابرة يجب نسيانها أو تناسيها، بل يمكن للإنسان أن يشكك في حدوثها أصلًا، ربما كان الأمر توهمًا أو ظنًا في غير محله، أو لم يكن تحرشًا بالمعنى الدقيق.

وثم صغار يتوجب على أهلهم ألا يشعروهم بالذنب والإحساس السلبي تجاه أنفسهم، أو يبالغوا في تحذيرهم بما يصنع لديهم الاضطراب وفقدان الثقة.

تذكَّر أن المهم ليس هو ما حدث، بل استجابتك للحدث، وقدرتك على تجاوزه، وافترض أنه لم يحدث، وإن حدث أن الناس غير معنيين به، وعندهم من همومهم ما يشغلهم عنك وعنه.

لا تنسَ أنك كنت الضحية وليس الجاني، وأن مرحلة عمرية كانت تمر بك كغيرك، تذكري -يا ابنتي- تلك الفتاة الأمريكية التي اغتُصبت فألّفت كتاب «نعم أنا الفتاة التي اغتصبت» ولاقى رواجًا كبيرًا.

لا تذيعي قصتك، ولكن تحلِّي بالرّوح الإيجابية في داخلك..

اغسل يديك وجسدك، وتطهّر فهذا يساعد على التخلص من الإحساس بالذنب.

استخدم الخيال لإعادة البرمجة الذاتية.

اقذف الصورة المسيطرة عنك بعيدًا، وتعلّم كيف تتغلب عليها.

تحدث بإيجابية، فكما تقول تكون!

-الألم من الماضي هو حاضر، وربما مستقبل.

إحساس بالألم:

يتشكى كثيرًا من توالي المصائب عليه، ويلخص حياته بأنها سلسلة

متصلة الحلقات من الآلام والمحن، يخرج من حفرة ليقع في جرف، الحظ لا يبتسم له إلا نادرًا.

ليست هذه المشكلة فحسب؛ إحساسه الدائم بأنها عقوبات إلهية على أخطاء ارتكبها وذنوب قارفها في لحظه طيش غاب عنها الشعور بالرقيب الإيماني، يضاعف إحساسه بالألم، ويحول المعاناة المادية الحسيَّة إلى عذاب نفسي، ويضعف قدرته على الصبر والمقاومة.

جميل أن يكون لديك رهافة إحساس ويقظة ضمير حتى لا ترى نفسك مطهَّرًا بريئًا، على أن اعتبار المصيبة عقوبة مرتَّبة على ذنب سابق من الغيب الذي لا يعلمه إلا الله.

والنصوص صريحة في أن أشد الناس بلاءً الأنبياء، ثم الصالحون، ثم الأمثل فالأمثل، إن كان في إيمان الإنسان صلابة اشتدَّ عليه البلاء، وإن كان في إيمانه ضَعْف خُفِّف عنه.

عن سعد بن أبى وقاص رضي الله عنه قال: قلت يا رسول الله، أيُّ الناس أشدُّ بلاءً؟ قال: «الأنبياءُ، ثم الصالحونَ، ثم الأَمْثَلُ، فالأَمْثَلُ من الناس، يُبْتَلَى الرجلُ على حَسَب دينه، فإن كان في دينه صلابةٌ زيدَ في بلائه، وإن كان في دينه رِقَّةٌ خُفِّفَ عنه، وما يزالُ البلاءُ بالعبد حتى يمشي على ظهر الأرض ليس عليه خطيئةٌ». (أخرجه أحمد، وابن ماجه، والترمذي).

وعن أنس رضي الله عنه مرفوعًا: «وإن الله إذا أحبَّ قومًا ابتلاهم، فمَن رضي فله الرضا، ومَن سخط فله السُّخط» (أخرجه الترمذي، وصححه الألباني).

فجعل العقوبة على عدم الصبر، ولم يجعل المرض أو الحزن ذاته عقوبة.

وحتى في الحال التي يُظن أن الابتلاء عقوبة، ويكون ناجمًا عن مباشرة فعل هو سبب المصيبة؛ كمن يبتلى بالإيدز- مثلًا- بسبب علاقة محرَّمة،

مما يُرجِّح أن يكون الأمر ابتلاء، فهذا ينبغي أن يخفف من ألمه؛ لأن عقوبة الدنيا أهون من عقوبة الآخرة والعقاب، هنا تطهير للروح ورحمة للعبد، وقد يعود بعد التوبة خيرًا منه قبل الذنب، وأقرب إلى الله وأنقى وأتقى.

وفي حديث أنس رضي الله عنه السابق قال: قال رسولُ الله صلى الله عليه وسلم: «إذا أراد اللهُ بعبده الخير عجَّلَ له العقوبةَ في الدنيا، وإذا أراد الله بعبده الشَّرَّ أمسك عنه بذنبه حتى يوفى به يوم القيامة». (أخرجه الترمذي).

فجعل تعجيل العقوبة من إرادة الله الخير بعبده، ولم يجعله علامة غضب أو مقت.

والمرض أو الفشل له أسبابه المادية الواضحة، والتي تكون معلومة في أحيانٍ كثيرة، وتجري نواميسها على البَرِّ والفاجر، والمؤمن والكافر، وكل الناس يُبتلون بالأمراض والحوادث والكوارث، ويزيد ذلك أو ينقص بحسب الاحتياط والانضباط، وفعل الأسباب أو إهمالها والغفلة عنها.

ولكنه يكون للمؤمن تكفيرًا وتطهيرًا في حالات، ويكون رفعة درجات وزلفى في حالات أخرى.

ويقظة ضمير المؤمن تجعله يرجو ويخاف، حتى الأنبياء- عليهم السلام- كانوا كذلك.

كيف نُفرِّق بين الابتلاء وبين العقاب أو البلاء؟

الأصل في التفريق إنما هو بالنظر إلى ما بعد المصيبة، وليس ما قبلها؛ فإذا صبر وتجلَّد، ورضي بما كتب الله، واستغفر لذنبه؛ فهي علامة رفعة الدرجات وتكفير الذنوب، وإذا جزع، وتذمَّر، وتسخَّط، واستسلم

للشر؛ فهي علامة الخسار والحرمان.

فكِّر بالمستقبل وكيف تكون إيجابيًّا في التعامل مع المصيبة، وليس في الماضي فحسب، فلست قادرًا على تغيير الماضي مهما يكن أسود كالحًا.

حاذر اللغة السلبية التي تبعدك عن الله ولا تقل: حتى ربي يكرهني!

البلاء خير بشرط أن تعتبره خيرًا.

أن تصبر وتستعين بالله، وفي الحديث مرفوعًا: «عجبًا لأمرِ المؤمنِ، إنَّ أمرَه كلَّه له خيرٌ، وليس ذلك لأحدٍ إلَّا للمؤمنِ، إنْ أصابَتْهُ سرَّاءُ، شكرَ فكان خيرًا له، وإنْ أصابَتْهُ ضرَّاءُ، صبرَ فكان خيرًا له». (أخرجه مسلم).

الغموم والهموم تَحَدٍّ يواجهك، ويستفز طاقاتك، ويحرِّك مكامن القوة في نفسك؛ شرط ألَّا تستسلم لليأس والقنوط، ولا تسمح للوساوس أن تستحوذ عليك، وبذكر الله تطمئن القلوب.

وليس أحد قط إلا وهو مبتلى وإن تنوَّعت الصيغة، ولذا قال سبحانه: {وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ حَتَّى نَعْلَمَ الْمُجَاهِدِينَ مِنكُمْ وَالصَّابِرِينَ وَنَبْلُوَ أَخْبَارَكُمْ} (محمد: ٣١).

الروح المؤمنة الموصولة بخالقها سبب في التكيُّف مع الظروف مهما كانت صعبة ومفاجئة أحيانًا {وَمَن يُؤْمِن بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ} (التغابن: ١١)، وهي سبب للشفاء والعافية، والاستجابة للعلاج المادي والنفسي.

قدْ يُنعِمُ اللهُ بالبلوَى وإنْ عظُمتْ ويبتَلِي اللهُ بعضَ القومِ بالنِّعمِ





22

تاريخي الذي لم يُكتب

◆

جلس صديقي (الذي هو أنا) ساعةً يكتب فيها مقالًا، وسُرّ حينما وجد المئات قرؤوا المقال، والعشرات أفادوا منه، والآحاد علقوا عليه، ما بين مستحسن وناقد ومكمِّل، وحتى مستهجن، فهو يرى أن الخصم ينفعك كما الصديق.

وجلس صديقي الآخر (في داخلي) ساعةً وراء آلة التصوير، يتحدث إلى مشاهديه ومستمعيه، وخرج منتشيًا يشعر بأنه فُتح عليه، وكان أكثر نشوة وهو يقرأ رسائل الإعجاب والتفاعل!

أما نفسي الحقيقية في العمق؛ فعرفتها يوم عدت البارحة إلى فراشي، بعد جلسة طويلة مع فئام من الأحبة، تلاقوا على غير ميعاد في جلسة لقاء حافل بطيب الكلام، وصادق الإحساس، وشديد الاحترام، تبادل فيه الجلساء معاني: الودّ والملاطفة وإدخال السرور؛ ومنح الأهمية للآخرين، ومعالجة آلامهم ومتاعبهم الحياتية والنفسية، بطريقة غير

مباشرة، أصدقاءً في الأرواح والقلوب، تلاقت أجسادهم لأول مرة؛ رجعت بعدها أشعر بأنني عشت تلك الليلة من حياتي كما يجب وكما أحب، بروحي وعقلي وجسدي، عيشة مكثّفة، أدركت أن الكثير من أوقات الناس تمضي في مثل هذه المناشط المحببة إلى نفوسهم، تلك الأوقات التي لا يكتبها التاريخ؛ فأدركت حقًا أن الحياة ليست هي التاريخ.

التاريخ يدوّن السياسة والأحداث الكبار والمواقف الفاصلة والخطوط الرئيسة.

أما هذه التفصيلات الجميلة البديعة البسيطة التي تضيف الألوان الزيتية البديعة للوحة؛ فلا مكان لها في تاريخ الأرض.

في التاريخ حقائق وأوهام، وظنون غير محققة، وفيما عدا الخطوط الكلية التي يتفق عليها عامة المؤرخين، ينفرد كل كاتب بروايته ورؤيته وتحليله ووجهة نظره، وكثيرًا ما يصطبغ ذلك بمذهبه وثقافته وانتمائه الطائفي ومعتقده، فلا يخلص للحقيقة، أو لا يستطيع أن يخلص لها.

اليوم أصبحت الدراما الروائية وما قبلها من الحكايا المكتوبة بعناية وعمق تكتب الحياة بشكل أفضل، وها أنت تقرأ وترى التفاصيل الحياتية، وتدرك المشاعر والأحاسيس والانطباعات والخطرات والظنون، وتقف قبالة الحدث وجهًا لوجه حتى كأنك تشعر به فتتلمسه، أو تحسّ به.. وربما تشم رائحته!

ها أنت تقرأ السياق الإنساني بعفويته وتكلّفه، وخيره وشره، وحلوه ومرّه، وحسنه وقبيحه.

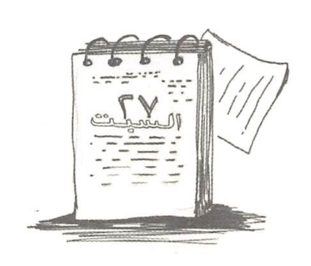
ها أنت تقرأ حياة الكبار ثانيًا هذه المرة، أما أولًا فتقرأ حياة السذج

والبسطاء والفلاحين والجياع والباعة والخدم والنساء..
تقرأ التقلّبات والتحوّلات، وتعرف كيف حدثت، وكيف تطورت، ومن أين بدأت، وإلى أين انتهت.
حين يكتب التاريخ عن رجاله المشاهير من السّاسة والعلماء والمؤثرين، يكتب عن الصورة الظاهرة، والمواقف المنقولة، والأحداث الشهيرة، وينسى أن لهم وجهًا آخر لا يقلّ أهمية، مع نفوسهم إذا خَلَوا بها، مع أزواجهم، وصبيانهم، وفي قعر بيوتهم، وبعيدًا عن الثياب الرسمية، هناك ثياب « البِذلة » التي تبدو النفس فيها على طبيعتها بلا رتوش ولا أصباغ ولا ترتيبات.
وثياب البذلة هي ثياب المهنة التي يترك الإنسان فيها التزين والتهيؤ بالهيئة الحسنة الجميلة، وهي حالة البستان التي قال عنها الشافعي: «الوقار في النُّزْهة سُخْفٌ» حين تقوم الطبيعة يقعد التكلف، وتقف العفوية يوم أن يسقط التصنع.
«تاريخ ما أهمله التاريخ» اسم كتاب ألّفه الكاتب الفرنسي: لويس دوكورانسي.
وهل يمكن استدراك ما فات المدونين؟ وهل هو وارد في الحسبان؟ هل نعد مجريات الحياة الجميلة العفوية تاريخًا يستحق التدوين؟
لقد بدأ تدوين غير المدون غير المعروف، والأعمال المجهولة، واللحظات الدقيقة المغفلة.
فهل التدوين مقصور على الحروب والدماء والتشريد والمطامع والمكائد السياسية؟!
لقد كان الأديب الشيخ الطنطاوي يشكو في بعض مؤلفاته؛ بأن الكثير

من أحداث التاريخ الإسلامي كتب بلغة سياسية، تذكر فيه الأحداث السياسية والفتوحات وأخبار الخلفاء، ولا يدون فيه أخبار العلوم والمعارف والثقافات وخبرات الشعوب وأخبار الناس.

هذه السعة والبحبوحة والتنوّع الهائل في الناس والطبيعة والصور والمعاني والمشاعر والأحاسيس والأشكال والعواطف والعلاقات والإدراكات التي تملأ الجوانح؛ يعجز اللسان عن البوح بها، كما يعجز القلم عن تدوينها، وهي تمثّل قدرًا واسعًا من حياة الناس الإيجابيين، وتمثّل نوعًا من أرقى أنواع العيش الكريم، وتجربة تتكرر يوميًّا أو أسبوعيًّا، أو بين الحين والآخر للعديد من الناس.. هل كُتب عليها أن تُنسى في ساعتها ولا يذكرها حتى ربما الذين عاشوها واستمتعوا بها.. هل كُتب علينا ألا نذكر تلك الأحداث الضخمة التي تمثل انفجارًا مدويًا في حياتنا البشرية..

في عيون الأخبار لابن قتيبة ورسائل الجاحظ: أن الحَجَّاج، مع عتوه وطغيانه، وتمرده، وشدَّة سلطانه، كان يمازح أزواجه، ويرقص صبيانه. وقال له قائل: أيمازح الأميرُ أهلَه؟ قال: «والله إن تروني إلا شيطانًا؟ والله لربما رأيتني وإني لأقبّل رجل إحداهن!».



23

حين أرحل

حين ترى المرأة في المنام رجلًا يطفئ فانوس البيت، أو ترى البيت الكبير قد انهار وتحول إلى أنقاض، وتسأل المعبِّر سيقول لها: سيموت رب البيت!

رأيت نفسي ذات صباح أمشي على عكازين، وبعد ساعة جاءني خبر موت أبي!

تتشاءم العرب من الغراب، وتسميه «غراب البين»، وهي عادة جاهلية لا أصل لها.

خطب النبيُّ صلى الله عليه وسلم وقال: «عبدٌ خَيَّرَهُ اللهُ بين أَنْ يُؤْتِيَهُ زهرةَ الدنيا وبين ما عنده، فاختار ما عنده». فعجب الناس وبكى أبو بكر، لأنه علم ما لم يعلموا أن ذلك إشارة إلى رحيله صلى الله عليه وسلم. (أخرجه البخاري، ومسلم).

سأل طفلة: كم أنتم؟

قالت: سبعة.

- أين هم؟

- خمسة هنا، واثنان يرقدان تحت الشجرة هناك، وأشارت إلى بعيد.

ذهب وجد قبرين، وعاد وقد فهم الحكاية، قال:

- أنتم خمسة إذًا؟

- لا، نحن سبعة.

الموت ليس فناءً ولا نهاية، إنه انتقال من ضفة إلى أخرى، ميلاد جديد، عبور إلى عالم آخر.

إذا كان يشبه انقطاع التيار الكهربائي عن الجسم، فهو مرحلة قصيرة يعود بعدها لا محالة.

نعبِّر لصغارنا عن الراحل بأنه «ذهب إلى ربه»، وإنه لتعبير جميل وشرعي وإيجابي.

كتب د. صالح العليان مؤلَّفًا جامعًا بعنوان «الأطباء وفلسفة الموت»، وكان أحد الحضور حين احتُضر الشيخ محمد الغزالي أثناء محاضرته في الجنادرية رحمه الله.

معنى الحياة:

كان الأديب الفرنسي الوجودي «ألبير كامو» يقول: «ما دمنا سنموت، فليس لأي شيء معنى».

وقبله كان الخيام يقول: ركب الكأس بهذا الشكل الرائع، فلماذا يسلط عليه الفناء؟

عبارة عدمية مدمرة، وبإزائها يقول النبي صلى الله عليه وسلم: «كن في الدنيا كأنك غريبٌ أو عابرُ سبيل».

«إِذَا أَمْسَيْتَ فَلاَ تَنْتَظِرِ الصَّبَاحَ، وَإِذَا أَصْبَحْتَ فَلاَ تَنْتَظِرِ المَسَاءَ، وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ لِمَرَضِكَ، وَمِنْ حَيَاتِكَ لِمَوْتِكَ».

إذا كانت الحياة «مطارًا» فهي تحضير للرحلة الطويلة.

وكان ابن عمر رضي الله عنهما يقول: إذا أمسيتَ فلا تنتظر الصباح، وإذا أصبحْتَ فلا تنتظر المساء، وخذْ مِن صحتك لمرضك، ومِن حياتك لموتك. (أخرجه البخاري، والترمذي).

معنى إيجابي يحول الموت من «مُقعد» إلى «محفّز».

{الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلا} (الملك: ٢).

الرحيل حادٍ لاغتنام كل دقيقة، لإنجاز عمل أو ترك بصمة:

دقـات قلـب المـرء قـائلة لـه	إن الحيـاة دقـائـق وثـوان
فـارفع لنفسك بعد موتـك ذكـرها	فـالـذكر للإنسـان عمـر ثـان

الموت يجعلنا نصر على تجاوز التوافه والحماقات والعداوات الشخصية، ونتجه صوب ثلاثة مقاصد:

١- ما الذي يجعلنا نعيش حياتنا سعداء منتجين؟

٢- ما الذي سيقوله الناس عنا بعد الموت؟ وما الإلهام الذي سيجدونه في سيرنا وأشخاصنا؟

٣- ما الذي سنجده في الدار الآخرة من الأعمال الصالحة؟

كان بعض السلف يقول: فلان لو علم أن الساعة تقوم غدًا لم يكن عنده مزيد عمل!

معظم إبداعات البشر كان الموت حاضرًا فيها، المسلمون وغيرهم، علي رضي الله عنه كان يقول: «أنفاس المرء خطاه إلى أجله». ويقول: «اعمل لدنياك كأنك تعيش أبدا، واعمل لآخرتك كأنك تموت غدا».
«ستيف جوبز» خطب في حفل تخريج بهيج، تحدث كيف نام على البلاط، ومشى أميالًا لكي يحصل على وجبة مجانية.. كيف عانى في الحصول على عائلة تتبناه..كيف طُرد- ببساطة- من شركته التي أنشأها..كيف أحسَّ حين اكتشف السرطان في بطنه وأمعائه..كيف قال: «عش يومك هذا وكأنه اليوم الأخير في حياتك، ستكون صائبًا يومًا ما!»..
«ستيفن كوفي» يقول في كتاب «العادات السبع» كلامًا نحو هذا.

الموت الإيجابي:

١- يكفي أنه رحيل إلى عالم العدالة المطلقة حيث لا ظلم ولا بغي، {الْيَوْمَ تُجْزَى كُلُّ نَفْسٍ بِمَا كَسَبَتْ لا ظُلْمَ الْيَوْمَ} (غافر: ١٧).
٢- هو وصال مع الأحبة الراحلين السابقين، كان بلال رضي الله عنه يقول قُبيل موته: «غدًا نلقى الأحبة، محمدًا وحزبه». وقال معاذ رضي الله عنه عند موته: «أعوذ بالله من ليلة صباحها إلى النار، مرحبًا بالموت، مرحبًا زائرًا مُغَيَّبًا حبيبًا، جاء على فاقة».
٣- وهو انعتاق من سجن المادة: «الدنيا سجن المؤمن» (أخرجه مسلم)، موت الجسد حياة الروح.
٤- الموت رحمة لمن ضاقت بهم الحياة، حين يهرم الإنسان أو يمرض ويصبح عبئًا على غيره يفضل الرحيل.
وحين يفقد عقله وحضوره وتفاعله مع أحبابه فهم هنا يقولون: اللهم

اختر له الخيرة المباركة.

٥- الموت والنوم أخوان، إنه تبديل مكان وتحويل وجود، ونقلة إلى الحياة الباقية الخالدة ومقدمة لها:

في الراحلين الأولين من القرون لنا بصائر

لما رأيت مواردًا للموت ليس لها مصادر

ورأيت قومي نحوها يمضي الأوائل والأواخر

أيقنت أني لا محالة حيث صار القوم صائر

إنه قنطرة عبور وممر خلوص وتطهير.

٦- حالة تجعلنا نضعها في اعتبارنا حين نواجه خيارات الحياة بما فيها من إغراء وفتنة، لنحافظ على القيم التي نؤمن بها، ونكون مستعدين للتضحية في سبيلها.

الخوف من الموت:

قال صلى الله عليه وسلم: «مَن أحبَّ لقاء الله أحبَّ اللهُ لقاءه، ومَن كره لقاء الله كره اللهُ لقاءه». فقالت عائشة: يا نبيَّ الله، أكراهية الموت؟ فكلنا يكره الموتَ؟ فقال: «ليس كذلك، ولكن المؤمن إذا بُشِّرَ برحمة الله ورضوانه وجنته، أحبَّ لقاء الله فأحبَّ اللهُ لقاءه، وإن الكافرَ إذا بُشِّرَ بعذاب الله وسخطه، كره لقاء الله وكره اللهُ لقاءه». (أخرجه مسلم).

كان البابليون يعتقدون إمكانية تحضير «إكسير الحياة» الكيميائي الذي إذا أخذه الإنسان عاش إلى الأبد.

ولكن الله تعالى يقول: {وَمَا جَعَلْنَا لِبَشَرٍ مِّن قَبْلِكَ الْخُلْدَ أَفَإِن مِّتَّ فَهُمُ الْخَالِدُونَ * كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ} (الأنبياء: ٣٤- ٣٥)، {إِنَّكَ مَيِّتٌ وَإِنَّهُم مَّيِّتُونَ} (الزمر: ٣٠).

الإنسان بطبعه يحب بقاء الأشياء على ما هي عليه، وهذا خلاف السنة الإلهية، وهو خلاف مصلحة الإنسان الفرد، وخلاف مصلحة البشرية، ولكن الإلف والعطف يحول دون رؤية المصالح.

الذي يحمل على البحث عن مقاومة للموت هو تصوره فناءً محكمًا ونهائيًّا، وهو انحصار للمفهوم، وتدمير للأشواق الإنسانية اللانهائية المتطلعة إلى الخلود.

الخوف من الموت هو الموت قبل أوانه.

ينتشر الخوف من الموت بين الشباب أكثر من غيرهم لأسباب:

١- ضعف الوعي الصحيح بالمفهوم الذي يمنحهم معنى الموت والحياة بطريقة إيجابية جميلة، ويربي على تقبلهما معًا.

٢- التفكك الأسري حتى يصبح الإنسان يواجه أحداث الحياة وحده دون دعم أو إسناد.

٣- عدم إعطاء الأطفال الصورة الحقيقية عن الموت، فتنشأ صورة مشوهة ومخيفة تؤثر على حياتهم.

الخوف المعتدل من الموت يحمل الإنسان على الطاعة والمسارعة إلى الخيرات والمبادرة بالعمل الصالح.

كتب إليّ أحدهم:

أنا دائمًا أتخيّل الموت عند الأكل، عند الشرب، عند معاشرة أهلي، عند النوم، عند العمل..

أشعر بالاختناق كلما حانت مناسبة، أخاف من موت نفسي، أو موت من أحب.

هذا مرض اسمه: «القلق العصابي».

زوجة في شهر العسل ترى لهفة زوجها فتقول: «هذا حب فراق!».
شاب يمقت كل إنجاز أو وظيفة أو ترفيه.
يعاني شعورًا دائمًا بالذنب.
ربما كان هذا بسبب حادث عرض له، أو تعليم منحرف في الطفولة، أو كآبة، أو لتلقيه عرضًا غير جيد عن مفهوم الموت.
تصور الموت في الوعظ الديني غالبًا ينحو منحى التخويف والترهيب، والحديث المفصل عن آلامه الهائلة، وهو ما نعاه ابن القيم حين قال:
«وكذلك كانت خطبته صلى الله عليه وسلم ، إنما هي تقرير لأصول الإيمان، من الإيمان بالله، وملائكته، وكتبه، ورسله، ولقائه، وذكرِ الجنة والنار، وما أعدَّ الله لأوليائه وأهل طاعته، وما أعدَّ لأعدائه وأهل معصيته، فيملأ القلوب مِن خُطبته إيمانًا وتوحيدًا، ومعرفةً بالله وأيَّامه، لا كخُطب غيره التي إنما تُفيد أمورًا مشتركةً بين الخلائق، وهي النَّوْح على الحياة، والتخويف بالموت، فإن هذا أمر لا يُحصِّل في القلب إيمانًا بالله، ولا توحيدًا له، ولا معرفة خاصة به، ولا تذكيرًا بأيامه، ولا بعثًا للنفوس على محبته والشوق إلى لقائه، فيخرج السامعون ولم يستفيدوا فائدة، غير أنهم يموتون، وتُقسم أموالهم، ويُبلي التراب أجسامهم، فيا ليت شعري أيُّ إيمان حصل بهذا؟! وأيُّ توحيد ومعرفة وعلم نافع حصل به؟!». (زاد المعاد).
والحق أن الإيمان ذو أثر عظيم في تهدئة الضمير، وجمالية الحياة، واتساع الرؤية، وحسن الظن، والصبر على المعاناة.
بعضهم يتحدثون عن الموت كدعوة إلى اعتزال الحياة، واستحضار الفناء، والقرآن يصيح بهم: {قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِيَ أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالْطَّيِّبَاتِ

مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِي لِلَّذِينَ آمَنُواْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ} (الأعراف: ٣٢).

علينا أن نموت بسلام!

العمل والإيمان وخدمة الآخرين جزء من إرشادات كتاب رائع اسمه «سكينة الروح العيش في حلو الأيام ومرها» تأليف: بيرم كرسو.

هل للموت ألم؟:

من طريف ما كتبه الإمام ابن حزم رسالة بعنوان: «ألم الموت وإبطاله»، قطع فيها بأن الموت ليس له ألم البتة، وإنما الآلام هي آلام الأمراض التي تعتري الأحياء، وذكر أن الأحوال المحسوسة للموتى ليس فيها ما يشير إلى العذاب، وهي موجودة ضمن رسائله.

ولابن مسكويه مقالة قصيرة بعنوان: «رسالة في الخوف من الموت»، نشرها الأب لويس شيخو في مجلة «المشرق».

وفي القرآن الكريم ذكر «سكرة الموت»، والسكرة نوع من الغشية أو غياب العقل، وليست توحي بالألم.

وكذلك في السنة النبوية ذكر «السكرات» التي عاناها النبي صلى الله عليه وسلم، وقد قالت فاطمة رضي الله عنها: «واكرب أبتاه». فقال لها: «ليس على أبيك كرب بعد اليوم». (أخرجه البخاري).

وذكر بعض أهل العلم أن العبد قد يعاني من السكرات ما يكون كفارة لذنبه.

وفي التنزيل ذكر احتضار الظالمين ومعاناتهم {وَلَوْ تَرَى إِذِ الظَّالِمُونَ فِي غَمَرَاتِ الْمَوْتِ وَالْمَلآئِكَةُ بَاسِطُواْ أَيْدِيهِمْ أَخْرِجُواْ أَنفُسَكُمُ} (الأنعام: ٩٣)، {الْمَلآئِكَةُ

يَضْرِبُونَ وُجُوهَهُمْ وَأَدْبَارَهُمْ} (الأنفال: ٥٠).
وفي حديث البراء رضي الله عنه أن روح المؤمن تسل كما تسل القطرة من فيّ السقاء. (أخرجه أحمد، وأبو داود). وهذا يدل على السهولة.
أما الكافر أو المنافق فتنزع روحه كما يُنزع السَّفُود من الصوف المبلول.
وهذا يدل على التشديد عليه.
وفي حديث «المؤمنُ يموتُ بعرق الجبين» (أخرجه أحمد، والترمذي).
وهذا له محامل، وكأنه علامة على الموت، وفيها تسهيل، وقد عرق جبينه صلى الله عليه وسلم عند النزع، وكان يمسح عنه العرق.
وفي حديث أبي هريرة رضي الله عنه: «ما يجد الشهيد من مس القتل، إلا كما يجد أحدكم من مس القرصة». (أخرجه أحمد، والترمذي، والنسائي).

موت الشهيد:
نوع نادر من الموت، تضحية بأغلى ما يملك في سبيل الحق.
ما أعظم الفرق بين «شهادة موت» «وموت شهادة».
ملحمة رائعة من الصبر والإيمان تلهم الأجيال، وتسقي شجرة الحرية بدمها الغالي.

لعمرك إني أرى مصرعي ... ولكن أغذّ إليه الخطا
وجسم تجندل فوق الهضاب ... تناوشه جارحات الفلا
كسا دمه الأرض بالأرجوان ... وأثقل بالعطر ريح الصَّبا
وبان على شفتيه ابتسام ... معانيه هزء بهذه الدنى

لم يضع عينه على المغانم والمكاسب، ولم يوفر نفسه من التضحيات،

فاختار له ربه خيرًا مما ترك.

لقد اختار مقام «الشهيد» وهو أعظم المقامات بعد النبوة {وَلَئِن قُتِلْتُمْ فِي سَبِيلِ اللّهِ أَوْ مُتُّمْ لَمَغْفِرَةٌ مِّنَ اللّهِ وَرَحْمَةٌ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ} (آل عمران: ١٥٧).

يرحل الشهيد طاهر الجيب، نقي العرض لم يتلطخ بشبهة، ولا كان طرفًا في خلاف على المصالح، ولا تسنم منصبًا، ولا نكص على عقبيه.

ومحمد إقبال كان يقول:

عادة المؤمن أن يلقى الردى ... باسم الوجه سرورًا ورضا

والصورة الفوتوغرافية التي ظهر فيها الأستاذ سيد قطب مبتسمًا وهو يوضع على المشنقة خير تمثيل لهذا المعنى، قال الأستاذ عصام العطار:

يا شهيدًا رفع الله به ... جبهة الحق على طول المدى

سوف تبقى في الحنايا علمًا ... هاديًا للركب رمزًا للفدا

ما نسينا أنت قد علمتنا ... بسمة المؤمن في وجه الردى!

الراحلون:

حين يلتقط الحي إشارة إلى قرب التوديع فهي مزية تؤهله للاستدراك والعمل الصالح، وطلب المسامحة من الآخرين.

تحفزه لأن يكتب وصيته بما له وما عليه، بأبعادها الأخلاقية لمن وراءه بالتواصل وحسن العلاقة وأداء الفرائض، وبالحج أو الأضحية أو سائر الأعمال الصالحة، وقد شرع الله الوصية بالثلث فما دونه بعد الموت.

جميل أن يتعود المؤمن حسن الظن بالله في حياته، ليؤهله ذلك إلى حسن

الظن بالله ساعة الرحيل والضيق، والخوف على الماضي، والقلق من المستقبل، والحزن على الحاضر {إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ} (فصلت: ٣٠).

قال عكرمة: «لا تخافوا ما أمامكم، ولا تحزنوا من ذنوبكم، ولا على أولادكم»، وذلك عند الموت، ولذلك كانت وصية النبي صلى الله عليه وسلم: «لا يموتنَّ أحدُكم إلا وهو يحسن الظَّنَّ بالله». (أخرجه مسلم).

العويل وتقنين الحزن ليس مشروعًا، ولا هو من الوفاء للميت، ولا من طاعة الشريعة، فوصية الله {لَا تَحْزَنْ} (التوبة: ٤٠)، ووصية رسول الله صلى الله عليه وسلم: «لتصبر ولتحتسب». (أخرجه البخاري، ومسلم).

إن طقوس اللطميات الخاصة والعامة هي تكريس لحالة الانقسام والحزن، وتجديد للآلام، بينما العقل الرشيد يقتضي تجاوز الألم وطيه، واستحضار كل معنى جميل محفز لأن نعيش الحياة أفرادًا وطوائف وأممًا بأمل وإشراق.

إن الموت الحقيقي هو لأحياء لم يعرفوا معنى الحياة، ولا تنعموا بمناجاة الله في عليائه {أَوَ مَن كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَن مَّثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِّنْهَا} (الأنعام: ١٢٢).

هل علينا أن ننسى أهلنا وأصدقاءنا الذين سبقونا؟

كلا، لا تحاول نسيانهم، اذكرهم بخير، وأثن بخير «هذا أثنيتم عليه خيرًا فوجبت له الجنة». (أخرجه البخاري، ومسلم).

نصنع لهم أعمالًا تجعلهم حاضرين بيننا: صدقات، برادات، مساجد، كفالة يتيم.

في صالة المنزل «حصالة نقود» نضع فيها القليل الذي يباركه الله ويزكيه.
وقف ولو كان يسيرًا.
إطلاق أسمائهم على جزء من المكان، مكتبة، أو حتى شجرة... في القرية كنا نسمي النخل بأسمائهم، فيرحلون ويبقى النخل والاسم.
نزورهم ونسلم عليهم، ونستحضر أنهم يعلمون ذلك ولكنهم لا يردون.
نراهم في أحلامنا فنسعد كما لو كنا رأيناهم في اليقظة، فالأمر قريب.
الدموع لا تضر، والله لا يؤاخذ بدمع العين، ولا بحزن القلب، الآلام تخف مع الدموع، (٩٠٪) يرون أنهم يكونون أفضل حالًا بعد البكاء.
قد تكون الدمعة قصيدة، رأى أحدهم في المنام دمعة تسقط من عيني بعد رحيل صغيري عبد الرحمن فكانت قصيدة.
شعر الرثاء أصدق الشعر، وكذلك شعر الحب.
ومن أجمل شعر الرثاء قول ابن الرومي يرثي يحيى العلوي:

أيحيى العلا لهفي لذكراك لهفة ... يباشر مكواها الفؤاد فينضج
لمن تستجد الأرض بعدك زينة ... فتصبح في أثوابها تتبرج؟
عفاء على أرض نزلت بغيرها ... فليس بها للصالحين معرج
سلام وريحان وروح ورحمة ... عليك وممدود من الظل سجسج
ولا برح القاع الذي أنت جاره ... يرف عليه الأقحوان المفلج
ويا أسفي ألا ترد تحية ... سوى أرج من طيب رمسك يأرج

وقول مُتَمِّم بن نُويرة يرثي أخاه مالكًا:

وإني متى ما أدع باسمك لا تجب | وكان جديرًا أن تجيب فتُسمِعا
وعشنـــا بخيـــر في الحيـــاة وبعدنا | أصاب المنايا رهط كسرى وتبعا
وكنـــا كنـدمـــاني جـذيمـة برهة | من الـدهـر حتى قيـل لن يتصدعا
فلمـــا تفـــرقنـــا كـــأني ومالكًا | لطـــول اجتمـــاع لم نبت ليلة معا

وقد تأثر بها عمر وقال: «وددت أني رثيتُ أخي زيدًا بمثل ما رثيتَ به أخاك مالكًا».

وقصيدة أبي ذُؤيب الهُذلي يرثي بنيه السبعة الذين ماتوا بالطاعون في عام واحد:

أمـــن المنـــون وريبهـــا تتـــوجـع؟ | والـدهـــر ليس بمعتـــب من يجـــزع

زرت مرة صديقًا فقد أطفاله الخمسة ثم أمهم في حادث حريق، وآخر فقد ثلاثة من أولاده في حادث سيارة..

المفاجأة أشد إيلامًا، و«الصبرُ عند الصَّدمة الأولى». (أخرجه البخاري، ومسلم)، «ومَن يتصبَّر يصبِّرْهُ الله». (أخرجه البخاري، ومسلم).

مع الوقت يعطيك الألم قوة وصلابة، تقول: جربت الألم فلماذا الخوف؟

سؤال يهجم لأول وهلة: لماذا أنا بالذات دون غيري؟

إحساس عابر بالأنانية حتى في الحزن، فمن ذا الذي لم يصب؟

تعرضت «ماكساين شنال» لأزمة مريعة عندما أصيبت ابنتها بحادث سيارة أودى بقدرتها على الاهتمام بنفسها، وزاد من ذلك إحساسها بالألم والذنب من جراء إهمالها لها، ومن فهمها العميق لهذه التجربة

المضنية كتبت كتابها الشهير:
«الشدائد تصنع الأقوياء: تحويل المحن إلى منح» ترجمة: ليلى النابلسي.
وهو مجموعة مبادئ وتمارين عملية تساعد في عبور الممر المتعرج من الفقدان، وهو حافل بقصص أشخاص مروا بمصاعب كبيرة أو صغيرة.

آلاف يرفضون استقالتك:

نعم؛ فلست مسؤولًا جاثمًا على صدور الناس، ثقيلًا كالهَمِّ حتى يفرح الناس برحيلك، كلا؛ بل أنت إضافة جميلة إلى الحياة!
تشاهدين المظاهرات في العديد من بلاد العالم الشرقي والغربي تهتف: «ارحل ارحل»!
بينما حين هدّدت بالرحيل؛ تَجَمَّع الآلاف دون أن يعرفوك، يُلوِّحون لك صادقين بشعارات الحب، والأمل، والخلاص، ويطالبونك بالبقاء بينهم ومعهم، ومن فَرْطِ حبهم ربما ارتفعت وتيرة تحذيرهم، أو تجاوزت عبارتهم، ولكنه حَدَبُ المُحِبِّ؛ الذي يُصرُّ عليك أن تُرْعِيه سمعك، وقد يصدم نفسيتك المرهفة من حيث أراد صدمة العلاج، وكم من مريد للخير لم يبلغه، وكفى بالنية الصادقة عذرًا إلى روحك الشفاف المحزون!
إحداهن حملت لوحةً ثقيلة حفرت عليها: «إنَّ الفرجَ مع الكَرْب، وإن النصر مع الصبر، وإن مع العُسر يُسرًا». (أخرجه أحمد، والترمذي).
أخرى تُقْسِم لك أنك سوف ترين الدنيا بعيون جديدة، وتكتشفين مباهجها، وجمالها، ومتعها العذبة.. فقط امنحي نفسك المزيد من الفرص!

إنها حكمة الحياة تُلتَقط أنى وُجِدَت!

وأختها تعزز بالعلاج النفسي؛ فمراجعة العيادة النفسية ليست عيبًا يُخْجَل منه، ولا هي وَقْفٌ على المجانين- كما يتوهَّم بعض الجاهلين-، ولو نطقت أرشيفاتها لأخبرت عن: مشاهير، وعلماء، ووزراء، وأمراء، وتجّار.. يترددون عليها كلما ألمّ بهم عارض، أو أعياهم ألمٌ خَفِيٌّ.

مجرِّبَةٌ حاولت يومًا الشيء ذاته الذي تفكرين فيه، وأنجاها الله بفضله ورحمته، تُقدِّم لك تجربتها؛ لتعلمي أن كثيرين مثلك يعانون ويتألمون، ولكنهم يرجون من الله ما تعجز عنه الحيلة البشرية، ونِعْمَ العبد نزلت به نازلة فأنزلها بين يدي ربه ومولاه، فالثقة بالله حبل لا ينفصم.

ضعي رأسك في الأرض؛ خشوعًا لله، وارمي بأثقالك إليه، واستحضري أنه بها خبير، وعلى كشفها قدير.

الدعوات الصادقات تُلهب حماسك، وتشحذ خيالك، وتشعرك أن الدنيا طوع بنانك.

فتى يُذكِّرك: أن خالق الظلام والديجور هو خالق الضياء والنور!

وأنا أقول: العالم يقيس بسرعة الضوء لا بسرعة الظلام، ما أسرع فرج الله! وما أصدق القول- الذي كنت أُردده في السجن، ورأيته في العديد من الحالات-: «الشِّدَة بتراء لا دوامَ لها»!

(زاهدة) تسألك: عندما (طفشت) من الدنيا أردت الرحيل.. أتعلمين إلى أين أنت راحلة؟

لن يكون فناء ولا عدمًا، فأنت لا تصنعين نظام الكون، أنت ذرَّة فيه.. سترحلين إلى الدار الآخرة، وعندما لا ترتاحين في الآخرة فماذا سوف تصنعين، وإلى أين ستذهبين؟!

رغم بساطة السؤال فإن صياغته صادمة وحاسمة، بل ومزلزلة {لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ} (قٓ: ٣٧).

(سارة): تدعوك للتفكير في الوجه الآخر من الحياة، افتحي عينيك على ذاتك، وعلى ما حولك، ومَنْ حولك، قَطْعًا ستجدين أبوابًا مفتوحة، وفرصًا واعدة، وأحلامًا جميلة؛ لا تقعي أسيرة لحظة يائسة، أو موقف صعب، ولا تطيلي الوقوف عند الأبواب المغلقة، والطرق المسدودة.

الذين يزمعون الرحيل يوبخوننا، لم يجدوا الحلم الجميل الذي يعيشون من أجله، وكأنهم يقولون لنا: ابقوا أنتم أيها الأنانيون والمراؤون!

(أمين): يُذكِّرك إذا ظننت أن حظك من الدنيا قليل ألا تخسري حظك من الآخرة، ومن حُسْن ظنك برب العالمين.

كثيرون يستوضحونك عن الأسباب والظروف، وبِغَضِّ النظر عن الهازلين؛ الذين يعرضون خدمات الانتحار السريع، أو الزواج.. وأقول لهم: (ما تضحِّك!) فثمَّ أصحاب خبرة ميدانية، أو دراسة علمية؛ يرون أن معرفة الأسباب لا تمنح العذر، ولكنها تعين على اختيار الحل الأمثل.

يرى أحدهم أن الأمر هَزْلٌ، أو لفت نظر، أو تهديد لا يرقى إلى أن يكون حقيقة.

ثمَّ نسبة معتبرة تفكر بالانتحار، أو يخطر ببالها ولا تفعله، بيد أن من الحزم أن تأخذ الأمر مأخذ الجِدِّ وليس الهَزْل، أو اللامبالاة؛ خاصة إذا وُجِدَ ما يدعو إلى ذلك؛ من حدوث محاولة سابقة، أو وجود ضغط شديد، أو جرأة.

أحد الناس شاهد جاره يُلوِّح له عند الصباح، ولأنه كان متأخرًا عن

الدوام فقد اكتفى بإشارة سريعة، وواعده عند المساء، وحين عاد وجد سيارة الإسعاف تحمل جاره المسكين جثة هامدة! ربما شعر أن الناس تخلَّت عنه، وألا أحد يكترث له.

ساعات، أو دقائق، أو ثوانٍ قد تفصل بين الحياة والموت.

الانتحار هو ثامن أسباب الموت عند الرجال، وهو السادس عشر عند النساء.

مليون شخص ينتحرون سنويًّا.

من ٢٠ إلى ٣٠ مليون محاولة انتحار معلنة سنويًّا، ومن المحتمل أن تكون أعلى بكثير لصعوبة تحديد سبب الوفاة في حالات كثيرة، كحوادث السيارات وجرعات الأدوية.

الإنسان حرٌّ إلا في القضاء على حريته!

الموت قرار لا يخص الإنسان ذاته، الأسرة والأصدقاء وشركاء الحياة والناموس الذي وضعه الله كلها يجب أن تكون في الاعتبار.

ليس في أوغندا فحسب، بل في كاليفورنيا وأماكن أخرى حول العالم مئات ينتحرون بطريقة مأساوية، وتحت تأثير نظرة فلسفية للانتحار على أنه تحرر من الاتصال بالعالم المادي.

انتحار جماعي ناتج عن تطرف فكري، أو توقع نهايات معينة للعالم، أو بناء على أحلام أو بنبوءات كاذبة.

أعتب على شاب يقول: (المقابر فاضية)! يا بني، هل زرتها؟ هل ذرفت دمعة أسى على فراق حبيب؟! أحيانًا يكون الشباب شُعْبَةً من الجنون، وليس دائمًا!

مَنْ يحاول، أو يفكر بالرحيل، أو يسأل المشورة.. لا يليق أن تقول له:

أنت غبي أو فاشل! فهو يقول ذلك عن نفسه، ويَعُدُّ الغباء والفشل سببًا كافيًا للإقدام، وتقييمه السلبي لنفسه يدفعه للانتحار.. فلماذا نُكرِّس لديه هذا الإحساس؟ فنكون ممن أعان على قتل مسلم ولو بشطر كلمة، ويُخشى أن يكتب بين عينيه: «آيِسٌ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ»!

تمرُّ بالمرء ظروف عَصِيَّة عصبيَّة، أو حالات اكتئاب حاد تضيق معها الحياة، أو حرمان من الحرية، أو من العمل، أو الدراسة، أو الارتباط بحبيب، وربما أَلَمَّت به نازلة خانقة؛ دمرت ما بنى ليعود إلى الصفر، أو ارتكب خطًا أحاط به، وأفسد خطط الحياة لديه، أو وقع في فضيحة، أو خاب ظَنُّه بصاحب، أو تعرَّض لامتهان، أو اغتصاب، أو تدمير كرامة..

يتوجَّب علينا النهوض من جديد، واستجماع القوة الذاتية، والاستماع لصديق ناصح مدرك، أو طبيب حاذق، أو مستشار أمين.

القابلية النفسية للتغيير والاستماع الجيِّد، والانفصال عن المشاعر السلبية، ومقاومتها من الداخل.. يساعد كثيرًا.

وجِماعُ الأمر في تنشيط الإيمان، وبَعْثه، واستشعار القرب من الله، وترديد أسمائه الحسنى الجميلة التي تخلو من: «المنتقم الباطش»، وحتى «شَدِيدُ الْعِقَابِ» ليس من الأسماء الحسنى، إنها: «الرَّب، الرَّحمن، الرَّحيم، الكريم، القريب، الفتَّاح، الغفَّار، الستَّار أو الستِّير، السَّلام، المؤمن، اللطيف، الخبير، الأحد، الصمد (تصمد إليه الخلائق بحاجاتها وسؤالاتها)».

وَكَـــــم للهِ مِن لُطفٍ خَفيٍّ   يَـدِقُّ خَفـاهُ عَن فَهـمِ الذَكيِّ

وَكَـــم أَمـرٍ تُسـاءُ بِهِ صَباحًا وَتَـأتيـكَ المَسَـرَّةُ بِالعَشـيِّ!

إِذا ضـاقَت بِكَ الأَحوالُ يَومًا فَثِـق بِالـواحِدِ الفَـردِ العَلـيِّ

اللغة الهادئة الهادية المحببة المشفقة؛ هي اللائقة بالناصحين، وليس لغة الزجر، والإغلاظ؛ التي تدعو إلى التعنُّت والنفور؛ خاصة حين تخاطب المكلومين والمصابين، ولعلّ جُلَّ الناس كذلك!

ثَمَّ نفوس محطَّمة، ساء ظنها بالناس وبالحياة؛ يمكن انتزاعها من خيبتها وَوَهْدَتِها بكلمات الحب والأمل والسلوان، وبالوقوف المعنويِّ إلى جانبها؛ لتعلم أن الدنيا ما زالت بخير ما دام فيها أمثالكم؛ ممن يشفقون على من يعرفون، ومن لا يعرفون، ويواصلون الدعوات للمكروبين والملهوفين والحزانى؛ فلنردد مع إحداهن:

«اللَّهم إني أستودعك نفسًا لا أعلمها أنت تعلمها، اللَّهم آنس وحدتها، وفرِّج كربتها، وقوِّ عزيمتها، وحقق رجاءها، واملأ حياتها بهجة وسعادة، وامنحها عمرًا مديدًا في طاعتك، وزوجًا طيِّبًا يشاطرها الحلو والمر، وذريَّة صالحة.. إِنَّكَ سَمِيعُ الدُّعَاءِ!».

انتحار جماعي:

وردني سؤال، عن رأي الشريعة في قتل النفس تحت ضغط الفاقة والفقر؟

هذا مما لا سؤال فيه عن «رأي»، بل حكم الله وحكم رسوله صلى الله عليه وسلم المجمع عليه خلفًا وسلفًا أن قتل النفس محرَّم، وكبيرة من كبائر الذنوب؛ توعد الله عليها بقوله سبحانه: ﴿وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ

كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا * وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ عُدْوَانًا وَظُلْمًا فَسَوْفَ نُصْلِيهِ نَارًا} (النساء: ٢٩-٣٠)، وفي الحديث: «عبدي بادرني بنفسه، حرَّمتُ عليه الجنة». (أخرجه البخاري، ومسلم).

والظروف العصيبة التي يعيشها الكثير في العالم الإسلامي تفسر ما يحدث، ولكنها لا تبرره ولا تجيزه، على أننا يجب أن ننأى عن الحكم على الأعيان والأفراد؛ فإن هذا مما استأثر الله به، وقد دعا النبي صلى الله عليه وسلم لمن قطع براجمه بمشاقص، فشخبت يداه فمات.. فقال رسولُ اللَّه صلى الله عليه وسلم «اللهمَّ وَلِيَدَيْهِ فَاغْفِرْ». (أخرجه مسلم من حديث جابر رضي الله عنه).

والحديث وإن تكلم فيه بعض أهل العلم إلا أنه يقرر مسألة واضحة متفقًا عليها، وهي أن المنتحر لا يكفر بمجرد الفعل بل هو من عصاة المؤمنين.

وفي الوقت الذي ندعو حكومات العالم الإسلامي إلى ضرورة المعالجة الفورية لظواهر الظلم والتجاهل، ومشكلات البطالة والفقر، والاندماج في مشاريع تنموية جادة، ومحاربة الطبقية والفساد المالي والإداري والاستئثار بالثروة؛ حفاظًا على سكينة المجتمعات وأمنها، وقيامًا بما أوجب الله من العدل بين الناس {وَإِذَا حَكَمْتُمْ بَيْنَ النَّاسِ أَنْ تَحْكُمُوا بِالْعَدْلِ} (النساء: ٥٨)، فإن مما يدرك بالملاحظة والتجربة وقراءة السنن أن الفقر مدعاة لكل شر، وكان علي- رضي الله عنه- يقول: «لو كان الفقر رجلًا لقتلته». وفي الأثر: «كاد الفقر أن يكون كفرًا».

وليس الأمر مقصورًا على الخبز والطعام على أهميته العظمى وضرورته، بل يتعدى إلى حاجة الناس للاعتراف بهم، واحترام

شخصياتهم، وحفظ حقوقهم ومصالحهم، وتمكينهم من التعبير عن مشاعرهم وتطلعاتهم المشروعة، دون تعسف أو إهدار أو استخفاف ما دامت لا تتجاوز ولا تتعدى إلى ظلم أو بغي أو عدوان على لآخرين.

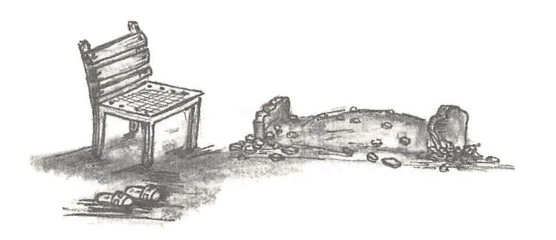
إلاّ أن تكرار هذه الظاهرة الغريبة من إحراق النفس في العديد من البلاد الإسلامية؛ هو نذير يدل على ما آلت إليه الأمور من اليأس والإحباط، وانسداد الآفاق الحياتية التي تعزز الأمل والتفاؤل، وكما قيل:

أعلِّلُ النفس بالآمـــالِ أرقُبُهـــا ما أضيقَ العيشَ لولا فسحةُ الأمَلِ

لقد شُغلت كثير من الشعوب عن قضاياها الأممية الكبرى وتطلعاتها الحضارية بمشكلاتها الخاصة المتعلقة بلقمة العيش، ثم اكتشفت أنه حتى لقمة العيش لم يعد الحصول عليها بالأمر السهل، حتى يبذل الإنسان كرامته، ومع هذا تضافرت أسباب عديدة إعلامية وتعليمية واجتماعية على إضعاف قيمة الإيمان والصبر، ومواجهة التحديات بثقة وإصرار ومواصلة، وأضعفت روح التكافل والتعاون في المجتمعات الإسلامية؛ بما أفضى إلى أوضاع مأساوية لا يعلم عواقبها إلا الله وحده، قد تعصف بالاجتماع والأمن والاستقرار في أي بلد.

وفي ظل الانفتاح الإعلامي وقيام «جمهورية المهمشين» التي تسمح بالتعبير والاحتجاج عبر أدوات الإعلام الجديد والشبكات الاجتماعية، والقنوات الفضائية التي صارت تغطي الحدث فورًا، وتسمح بالتواصل والتنسيق والتنظيم، وتستوعب مئات الملايين

من الناس، والفيس بوك مثلًا يضم نحو مليار من البشر غالبهم من الشباب، بحيث لو كان دولة لكان ثاني دولة في العالم من حيث عدد السكان بعد الصين!



24

موهوب

أحد الفنانين العباقرة أرسل له معجبٌ خطابًا، واكتفى بعبارة: إلى أعظم فناني إيطاليا!

رفض الفنان استلام الخطاب وقال: إنه ليس لي، لو كان يقصدني لكتب: إلى أعظم فناني العالم.

ذات ليلة عاد الرسام العالمي «بيكاسو» إلى منزله، فوجد اللصوص قد سرقوا الأثاث، وظهر الانزعاج على وجهه، فسأله أحد الحضور:

-هل سرقوا شيئًا مهمًا؟

-لا.

-إذًا لماذا أنت متضايق؟

-يؤلمني أن هؤلاء لم يسرقوا شيئًا من لوحاتي الثمينة!

لقد شعر أن كبرياءه قد جرحت، وأن أعظم ذنبهم ليس السرقة، بل الجهل بقيمة لوحاته الشهيرة!

العظمة الحقيقية أن تجمع بين الموهبة والتواضع.

أعظم موهبة هي الأخلاق، وأعظم الأخلاق هي ما تعاملت به مع نفسك.

كلُّ إنسان هو موهوب بشكل ما، كلُّ إنسان هو: نسخة أصلية، وليس «صورة كربونية» أو «كرتونية»!

حتى التوائم ليسوا متطابقين، وفي كل منهما ما ليس في الآخر.

المهم أن يكون الإنسان نفسه، وليس شخصًا آخر، أن يكون «أصليًّا» وليس «تقليدًا».

تحتاج الموهبة إلى نفسيَّة ناضجة تقدرها، وتعرف شكر واهبها، وتتخيل نهايتها.

يوسف الصديق تميز بالجمال الباهر والشباب وبعد النظر، وتجاوز الصعاب ليكون رئيس وزراء مصر، وحقق لدعوته الكثير بين المصريين، وفي نهاية المطاف قال: {رَبِّ قَدْ آتَيْتَنِي مِنَ الْمُلْكِ وَعَلَّمْتَنِي مِنْ تَأْوِيلِ الْأَحَادِيثِ فَاطِرَ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ أَنْتَ وَلِيِّي فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ تَوَفَّنِي مُسْلِمًا وَأَلْحِقْنِي بِالصَّالِحِينَ} (يوسف: ١٠١).

فهذه هي النهاية الجميلة، وهي أعظم المواهب، أن يختم لك بخير الدنيا والآخرة، وبالمجد عند الله وعند عباده الصالحين.

عمر بن عبد العزيز أقام العدل، ونال الخلافة، ثم كان طموحه الآخرة كما قال: إن لي نفسًا تواقة، اشتهت الأمارة فنالتها، ثم تاقت إلى الخلافة فنالتها، ثم اشتاقت إلى الجنة.

محمد علي كلاي تميز بالقوة الجسدية التي جعلته بطل العالم لفترة طويلة في الملاكمة، وفي النهاية أصيب بمرض «باركنسون» الذي يؤدِّي إلى

ضمور وتلف الخلايا والألياف العصبية، ويؤدِّي إلى بطء الحركة واختلالها، وتيبس الأطراف ورجفان في اليدين والرجلين، واضطراب التوازن، ويؤثِّر على الذاكرة.

لم يكن كلاي ملاكًا فحسب، بل حكيمًا أيضًا.

يقول: في داخل الحلبة كما في خارجها، لا عيب في أن تسقط أرضًا، بل العيب أن تبقى كذلك.

- العمر هو ما تظنه، أنت كبير في العمر بقدر ما تعتقد نفسك كذلك.

- كرهت كل لحظة في التدريب، لكني قلت لنفسي: لا تنسحب، تحمل المعاناة الآن، وعش بقية حياتك بطلًا.

- جهزوا زنزانتي، فخبز السجن أحب إليَّ من الموت في فيتنام!

- خدمتك للآخرين هي الإيجار الذي تدفعه مقابل استضافتك في الأرض.

- الرجل الذي ليس لديه خيال، طائر ليست لديه أجنحة.

الفشل منصة النجاح، الروح وليس السنوات ما يحدد عمرك، المعاناة منصة الانطلاق، الحرية قد تكون في الزنزانة، خدمة الناس، الخيال الحي.. هذه بعض إلهاماته!

في التاريخ الإسلامي تجد: ابن الهيثم في علم البصريات، ابن زهر عبقري الطب، الزهراوي أعظم جراح، المجريطي أستاذ الرياضيات، ابن خلدون مؤسِّس علم الاجتماع، ابن بطُّوطة الرَّحَّالة، ابن النَّفِيس مكتشف الدورة الدموية، عباس بن فرناس أول طيّار في التاريخ، الخوارزمي مؤسِّس علم الجبر، جابر بن حيَّان مؤسس علم الكيمياء.. والقائمة طويلة.

لا يلزم أن يكونوا جميعًا قدوات في ألوان الخير والتقوى والصلاح، ولكنهم مبدعون موهوبون قدموا خدمة جليلة لأمتهم وللإنسانية.
وغير المسلمين الذي أبدعوا وبرزوا في بيئة إسلامية هم ثمرة دعم وتحفيز لتلك البيئة الجاذبة.

المواهب مثل الكنوز:

١- نادرة، فالموهوبون عملة صعبة، يمثلون (٢ - ٥٪) من الناس، هذا بالنظر لمواهب محددة، والواقع أن كلَّ أحد من الناس لديه موهبة لو اكتشفها وآمن بها ووجد المناخ المناسب لأثمرت.
يُقال عن اليابان إنها أمة المائة وعشرين مليون متفوق!
اهتمام المعلمين، تثمين المواهب، تعاون المدرسة والأسرة..
٢- ثمينة، فالموهوب يفوق الأقران، ويتميز بذكاء أو قدرة، وقد يكون عبقريًّا أو خارقًا «العباقرة (١) من كل (١٠٠) ألف».
٣- مدفونة. هي استعداد أو قدرة فطرية متفوقة، عقليَّة أو جسديَّة، تحتاج إلى خبير يتعرف عليها، وفلاح جاد يتعاهدها.
النظريات القديمة تتحدث عن الموهبة العقلية.
النظريات الحديثة تتحدث عن القدرات المختلفة، كالإبداع والقيادة والمهارات الحركية.
أين تلتقي الموهبة والإبداع؟
الموهبة قدرة محددة كالرسم أو الحفظ، أما الإبداع فهو الإتيان بالجديد.
الإبداع هو حركة الموهبة ونتيجتها، فالموهبة قدرة، والإبداع هو الثمرة.
علماء النفس ينظرون إلى مستقبل الموهوب وماضي المبدع.

الموهبة إذًا أرضية واعدة، والإبداع منجز قائم.

حينما كان في الصف الرابع طلبت المعلِّمة من الصف الرابع رسم الورود، وكانت قد وضعتها أمامهم بحيث يرونها، فرسم هو وردة مبتسمة ولها عيون، ورسم ورودًا تحيي بعضها، فهزأته المعلِّمة، وطردته من الفصل، ولكنه أصرَّ على أن وروده حيَّة وتبتسم وتتواصل!

إنه «والت ديزني» رسام الشخصيات الشهيرة في الرسوم المتحركة، ومؤسس شركة ديزني، وصاحب منتزه ديزني لاند، وصاحب شخصية ميكي ماوس التي ظلت حيَّة منذ عام (١٩٢٨م)، وصارت ملهمة للأطفال عبر القارات، والذي قدم شخصية سندريلا عام (١٩٥٢م).

أكثر شخص حصل على أكبر عدد من جوائز الأوسكار.

رغم كل الفوارق القيمية والملاحظات الجوهرية، فبصمته موجودة في كل مدينة، وفي الكثير من البيوت، ربما السؤال: لماذا لم نستطع رعاية موهوب عربي مسلم يقدم بديلًا يعزز قيمنا؟

أطلعني مجموعة من الأصدقاء على فيلم «٩٠ دقيقة»، يشرف عليه مَن أنتجوا فيلم «Avatar» ويجسِّد شخصية إسلامية ملهمة، لم يجدوا مَن يموِّله، مع أنه مربح استثماريًّا وقيميًّا!

هل الموهبة واحدة؟:

الحكمة موهبة من الله {يُؤْتِي الْحِكْمَةَ مَنْ يَشَاءُ} (البقرة: ٢٦٩)، وكان لقمان ممن آتاه الله الحكمة، (انظر كتاب الحكمة ولقمان الحكيم: عبد الرزاق إبراهيم الصالح الإبراهيم).

وهي ثمرة التأمل والصمت والتجربة، كم عدد الذين يمتلكون هذه

الخصال، ثم يعيشون فترة كافية من الزمن ليتعلموا ثم يلهموا الأجيال من بعدهم؟

ثم مواهب روحية، أخلاقية، كالتسامح والصبر، قال النبي صلى الله عليه وسلم لأَشَجِّ عبد القيس: «إن فيك لخصلتين يحبهما الله: الحِلْم والأَنَاة». (أخرجه البخاري، ومسلم). صدِّيقيَّة أبي بكر، حياء عثمان، شجاعة علي، حكمة أبي الدرداء، دهاء عمرو بن العاص، سؤدد معاوية.

ومواهب روحية عقلية، كالفراسة والإلهام، وكان عمر محدَّثًا.

الحفظ موهبة، الأصمعي والبخاري وأحمد وكثير من أئمة الحديث واللغة تميزوا بها.

ثم مواهب عقلية رياضية تميز بها علماء من الغرب والشرق.

ومواهب لغوية: سيبويه، والخليل بن أحمد، والشعراء.

ومواهب جسدية: مهارات حركية وبدنية رياضية يحتفل بها العالم اليوم، وهي من معاني البطولة الباقية في التعبير عن قوة الجسد.

بمَ يتميز الموهوب؟:

قد يتميز جسميًّا {إِنَّ اللّهَ اصْطَفَاهُ عَلَيْكُمْ وَزَادَهُ بَسْطَةً فِي الْعِلْمِ وَالْجِسْمِ} (البقرة: ٢٤٧)، وغالبًا ما يكون أحسن نموًّا من غيره، والإعاقة لن تمنع الموهبة، ابن عباس كان أعمى، وأبو الأسود الدؤلي واضع علم النحو ومُشَكِّل المصحف وواضع النقط على الحروف العربية، وكان داهية حكيمًا، وكان مفلوجًا، وبَشَّار بن بُرد والمعري كانوا عميانًا، وروزفلت كان مصابًا بالشلل.

ويتميز نفسيًّا بالسيطرة على الانفعالات، والثقة بالنفس، والسلامة

العاطفية نسبيًّا، وهم أقل عرضة للإصابة بالأمراض النفسية؛ لأن لديهم مفهومًا إيجابيًّا عن أنفسهم، وقد يكون منهم المصابون بالتوحد أو غيره.

واجتماعيًّا بالقدرة على القيادة، والتكيف مع الظروف ولو كانت صعبة.

وعقليًّا بالفهم والتحليل والذكاء.

والقدرة اللغوية المبكرة، وهي التي لاحظها النبي صلى الله عليه وسلم في زيد بن ثابت، فاختاره لتعلم العبرية لغة اليهود.

كان الكُمَيْت صبيًّا فوقف على الفرزدق وهو ينشد شعرًا، فقال له الفرزدق:

أيسرك أنني أبوك؟

قال: أما أبي فلا أبغي به بديلًا، ولكن يسرني أن تكون أمي!

فخجل الفرزدق من هذا الجواب المفحم.

وقد لا يتوفر أكثر هذه الخصائص، ويظل الموهوب موهوبًا.

اختبارات الذكاء قد تبرز موهوبًا غير متوقع، من بيئة قاسية، أو مسحوقًا بسبب الغيرة بين الأقران.

اكشف عن الموهوب:

التفت مَعْن بن زائدة الشيباني إلى ابن أخيه يزيد الشيباني وما فيه من علامات الفطنة والذكاء، فقدّمه على أبنائه، مما حدا بزوجته أن تعاتبه على ذلك، فقال لها: سأريك سبب هذا الليلة. وفي ساعة متأخرة قال: يا غلام، ادعُ لي أبنائي، فأقبلوا عليه جميعهم عليهم الثياب المطيّبة، ثم قال: يا غلام، ادع لي يزيد! فلم يلبث إلا قليلًا أن دخل عجلًا، وعليه

سلاحه، فوضع رمحه بباب المجلس، ودخل عليه! فقال: ما هذه الهيئة؟ قال: إني قلت إنك لا تطلبني في هذه الساعة إلا لأمر مهم، فقالت زوجته: قد تبين لي عذرك.

البيئة محفِّزة أو قاتلة.

التعليم يضعف الإبداع، فالمبدعون حتى سن الخامسة (٩٠٪).

وحتى السابعة (١٠٪).

وحتى الثامنة (٢٪).

حين يمتلك الموهوب توظيف التعليقات السلبية لصالحه، يكون وضع قدمه على الطريق.

عليه أن يصغي للكلمات الإيجابية التي يسمعها أحيانًا: يا عبقري، يا ذكي، يا بطل، ولا يأخذها على أنها مجرد تشجيع.

الموهبة اختبار ومسؤولية {وَهُوَ الَّذِي جَعَلَكُمْ خَلائِفَ الأَرْضِ وَرَفَعَ بَعْضَكُمْ فَوْقَ بَعْضٍ دَرَجَاتٍ لِيَبْلُوَكُمْ فِي مَا آتَاكُمْ إِنَّ رَبَّكَ سَرِيعُ الْعِقَابِ وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ} (الأنعام: ١٦٥).

١- الكل خلفاء، أي موهوبون بدرجة أو أخرى.

٢- متفاوتون في الدرجات.

٣- مختبرون ومسؤولون.

الموهوب مسؤول عن نفسه بدرجة أساسية، هل أنا موهوب؟ لا يحسن أن يتسرع في الجواب على هذا السؤال، عليه أن يختبر نفسه.

والاتجاهات الحديثة تعتمد على الكشف المبكر عن الموهبة، ودراسة الحالة وتحليلها، والتعرف الشخصي على الموهوب.

كما تعتمد على أدوات إضافية مثل:

١- اختبارات الذكاء المتنوعة: فالعباقرة (+١٤٥)، الأذكياء (١٣٠) إلى (١٤٥)، فوق المتوسط (١١٥) إلى (١٣٠)، المتوسط (٨٥) إلى (١١٥)، دون المتوسط (٧٠) إلى (٨٥)، ضعيف الذكاء أقل (٧٠).
هل هذه الاختبارات صادقة؟ أم إنها تقيس لونًا واحدًا من الذكاء؟
٢- مراقبة الخصائص السلوكية.
٣- ترشيح المعلمين.
٤- ترشيح الوالدين.
٥- ترشيح الأقران.
٦- تقارير ذاتية.. وعوامل أخرى.
مدارس خاصة للموهوبين، فصول خاصة، نوادي الهوايات، ثقافة إعلامية، مؤسسات مدنية، هي أوعية لكشف المواهب وصقلها، ومنصات لإطلاقها.

مدافن الموهوبين:
رسمت طالبة رسمًا جميلًا، فوبختها المدرسة، ومزقت الرسم أمام الطالبات، وقالت: «هذا جزاء اللي يخلي غيره يرسم له!».
ابتكر طالب عملًا إبداعيًّا، فقطب المدير في وجهه وقال: ركز على دراستك.
ألقى شاب قصيدة في مجلس، وسأل في لحظة حضور للأنا: هل أنا شاعر مطبوع؟ فردَّ أحدهم: نعم، أنت مطبوع على قلبك!
في دراسة في «الواشنطن بوست» على (٤٣٠) طالبًا موهوبًا، ظهر أنهم تأثروا سلبيًّا من جراء القسوة.

طفل عمره (١٢) سنة، وذكاؤه (١٤٠) وجد مشنوقًا في غرفته، بسبب تعذيب زملائه واضطهادهم له.

قد يكون الموهوب أكثر تأثرًا وحساسية من غيره، ولذا قد يرد بطريقة قاسية، فقد أقدم موهوبان مسلمان تعرضا للاضطهاد على قتل (١٣) من زملائهم وجرح (٢٤) في مدرسة في الولايات المتحدة، ثم انتحرا.

الخوف عدو المواهب، حين تشيع المخاوف من الفشل يؤثر الكثيرون الانسحاب حفاظًا على نفسياتهم، الشجاعة إذًا والجرأة ضرورية لتحول الموهبة إلى إبداع.

هل الموهوب ناجح؟:

قد يكون حسنًا أن نطلق مصطلح «الذكاء الناجح»، فثم أذكياء يتعثرون، وعاديون ينجحون.

النجاح هو:

١- توظيف الطاقات والمواهب.

٢- التطوير والتصحيح.

٣- التوافق النفسي والاجتماعي.

وقديما قال الطغرائي:

تقدَّمتني أنـــــاسٌ كان شَوطُهُمُ	وراءَ خـــطويَ إذ أمشي على مَهَلِ
هذا جَزاءُ امــــرئٍ أقرانُه درَجُوا	مـــــن قَبْلِه فتمنَّى فُسحةَ الأجلِ
وإنْ عَلانيَ مَنْ دُونِي فـــلا عَجَبٌ	لي أُسوةٌ بانحطاطِ الشمس عن زُحَلِ

القدرة على العمل في كافة الظروف هي موهبة، وهي ضمانة

النجاح بإذن الله.

النجاح الحقيقي أن يوفق الإنسان للعمل وفق طاقته، وفق قراءة صحيحة للواقع، دون توقف.

أعرف صديقًا لا يعمل إلا في جو مكتظ بالناس، ولا تتألق موهبته إلا حينما يرى الجماهير فتتهيأ روحه للإبداع.

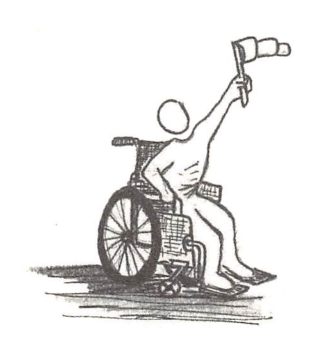
وآخر يتلبسه الإبداع حين يخلو بالقلم.

وأعرف كثيرين يتحدثون بروح واعدة، تبحث عنهم بعد فلا تجدهم.

من ينكسر للفشل يقتل موهبته.

«وليام كاري» كان يتقن (٦) لغات، واشتغل بالنشر، حتى إن مطبعته طبعت كتبًا بمختلف اللغات لما يزيد على (٣٠٠) مليون نسمة، سئل: كيف تمكن من تحقيق إنجازاته؟ أجاب: لأنه كان كادحًا، وقال: أي شيء يزيد عن هذا سيكون مبالغًا فيه، أنا قادر على الكدح، فتلك هي عبقريتي الوحيدة، وأستطيع المثابرة في أي مهمة محددة، ولهذه القدرة أنسب كل إنجازاتي. (القيادة وأثرها في كسب الولاء، د. فيصل آل ثاني).

القوة النفسية هي الأرض التي تنبت عليها أشجار النجاح.





25

تخيَّل!

عندما يجسد الخيال الأشياء فإنه يصب صورًا من استوديوهات الدماغ إلى مسرح البصر، ولو كان الإنسان مغمض العينين فإنه يراها!

قرأت ذات مرة كلمة سقراط: «الخيال هو العلامة الحقيقية للذكاء»، وكنت أشك في صدق هذا القول، لم أكن متدربًا على التخيل، كان مَن حولي ينظرون إلى خيال الطفل على أنه «مرحلة وتعدي»، الأنظمة في البيت والمدرسة والمحضن التربوي تتجاهل الخيال، وتعتمد على الحفظ والتلقين والترديد والممارسة والطاعة.

فبقي الخيال مختبئًا في قوقعته الطفولية الحالمة.

ثم لاحظت أنك حين تتخيل إنسانًا يقضم ليمونة شديدة الحموضة بشراهة ووجهه يقطب، فسوف يسيل لعابك!

وتلك حالة شعورية منبثقة من مصدر بداخلك.

وحين تتخيل جمالًا أخاذًا، فسوف يستفز طاقتك كأنك تراه!

وحين تسمع صوتًا على الطرف الآخر من الهاتف، يسابقك عقلك في رسم الصورة أو تقريبها بما يتناسب ونبرة الصوت.

وحين تتخيل عزيزًا تشتاق إليه، فربما ذهلت عما حولك وكأنك تحادثه وتناجيه وتبثه أحاسيسك، ويسافر قلبك وعقلك إليه تاركًا جسدك مع الجلساء!

جِسمي معي غَيرَ أنّ الرّوحَ عندَكمُ فالجسمُ في غُرْبَةٍ وَالرّوحُ في وَطَنِ

فَليَعجَبِ النّاسُ منّي أنّ لي بَدَنًا لا رُوحَ فيهِ، وَلي رُوحٌ بلا بَدَن

التخيل فعل نمارسه باستمرار، دون أن نعي، البيت الذي ستسكنه، السيارة التي ستشتريها، البلد، الفعل، الزواج، غرفة النوم، كل الكلمات نستعين بالخيال لإدراكها.

تأمَّل هذا الحديث:

عن أبي هريرة رضي الله عنه، أنه سمع رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: «أرأيتم لو أن نهرًا بباب أحدِكم يغتسلُ منه كلَّ يوم خمسَ مراتٍ، هل يبقى من دَرَنه شيءٌ؟». قالوا: لا يبقى مِن درنِه شيءٌ. قال: «فذلك مَثَلُ الصلواتِ الخمسِ، يمحو الله بهنَّ الخطايا». (أخرجه البخاري، ومسلم).

هل يمكن أن تقرأ هذا النص دون أن تتخيل نفسك وقد خرجت من باب منزلك، ففوجئت بنهر يعترض طريقك؟

إن لم يقع ذلك سلفًا فحري أن يقع الآن، فإن وقتك مع نفسك ثمين، ولا يلزم أن تقضيه في ارتكازات مع الواقعية فقط، وكأن عقلك سجين قضبان اللحظة الراهنة، وكأن الخيال ليس امتدادًا للأنا!

حين تقرأ سورة {أَلَمْ تَرَ كَيْفَ فَعَلَ رَبُّكَ بِأَصْحَابِ الْفِيلِ} (الفيل: ١).

هل يمكنك حجب الخيال عن تصور مشهد القوم، والطير الأبابيل ترميهم بالحجارة، فيقعون صرعى كأنهم بقايا زرع يابس؟

أو تقرأ سورة العاديات، فلا تتصوّر كتيبة الخيل وهي تعدو وتصوّت، وتضرب الأرض بأقدامها، وتغير على العدو قبل النهار، في مشهد درامي متحرك!

من الذي يقرأ نعيم الجنة، أو عذاب النار في القرآن دون أن يرسم له الخيال صور الوجوه الناعمة الراضية، أو صور وجوه أخرى عليها غبرة، ترهقها قترة؟

ولماذا تقشعر بعض الأبدان ثم تلين الجلود والقلوب إلى ذكر الله؟

على أنه ليس في الآخرة مما في الدنيا إلا الأسماء.

وجدت بائع الكتب على رصيف الشارع يعرض كتابًا اسمه «التوهم» للحارث بن أسد المحاسبي؛ قرأته بنهم، ووجدت نفسي وجهًا لوجه أمام رحلة الحياة والموت والعذاب والنعيم، كتاب مطبوع يمكن لك قراءته، أو سماعه صوتيًّا من خلال هذا الرابط:

http://media.islamtoday.net/real/c/ALtwahoom.mp3

الخيال هنا يجعل القارئ يعيش في قلب الحدث متلبسًا به وليس مشاهدًا من خارجه.

في حديث عبد الله بن عمر مرفوعًا: «مَن سرَّه أن ينظرَ إلى يوم القيامةِ كأنه رأيُ عينٍ، فليقرأْ: {إِذَا الشَّمْسُ كُوِّرَتْ}، و{إِذَا السَّمَاءُ انْفَطَرَتْ}، و{إِذَا السَّمَاءُ انْشَقَّتْ}». (أخرجه أحمد، والترمذي، والحاكم).

أسماء الله الحسنى وصفاته لا يلحقها خيال ولا توهم {وَلَا يُحِيطُونَ بِهِ عِلْمًا} (طه: ١١٠)، {لَا تُدْرِكُهُ الْأَبْصَارُ وَهُوَ يُدْرِكُ الْأَبْصَارَ} (الأنعام: ١٠٣)، ومع

ذلك لا يمكن منع الذهن من التصور، ولذا قال الأئمة: كل ما خطر ببالك فالله ليس كذلك.

ولذا قال صلى الله عليه وسلم: «أما إنكم سترون ربَّكم، كما ترون هذا القمرَ، لا تُضامُون في رؤيتِهِ..». (أخرجه البخاري، ومسلم).

حين يعرِّف النبي صلى الله عليه وسلم الإحسان بأنه: «أن تعبدَ الله كأنك تراه، فإنك إلَّا تراه فإنه يراك». (أخرجه البخاري، ومسلم).

فهو مستوى من التحفيز والحضور عظيم يجعل للعبادة معنى، ويحولها من تبعة إلى متعة «أرحنا بها يا بلال». (أخرجه أحمد، وأبو داود).

الخيال أداة ذهنية تخرج الإنسان من قوقعة الحاضر والمحيط، وتسمح له بأن يعيش الماضي بشخوصه وأحداثه، والحاضر كما يتمناه، والمستقبل كما يرسمه ويخطط له.

الخيال تمرد على ظروف الزمان والمكان!

كل تغيير في الحياة يسبقه خيال.

إنه الأداة السرية التي نركبها قاربًا لأهدافنا، ويمتص بها العقل ضغوط الحياة، وتجعلنا نتطلع إلى مستقبل أفضل، ونتحدى الصعاب، ونحل المشكلات.

عليك أن تتخيل الصورة التي تريد أن تكون عليها، أو يكون عليها مجتمعك، ثم تبدأ المسير، فأهدافك صورة تخيلية لما ترجوه في مستقبلك.

الأحلام تبدأ من الخيال، والخيال قد ينسجه عقل أو قلب.

إذا بلغت سطوة الواقع عليك بحيث لا تتخيّلْ تغييره، ولا تتصور حياتك منفصلة عنه فأنت بذلك تمنحه عمرًا إضافيًّا، وتمد أمد المعاناة.

أول خطوات التغيير هي التخيل إذًا، فما وراء الأبواب المغلقة يسبقك إليه الخيال.

عَنْ خَبَّابِ بْنِ الأَرَتِّ رضي الله عنه قال: شكونا إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم، وهو متوسِّدٌ بردةً له في ظلِّ الكعبة، فقلنا: أَلَا تستنصرُ لنا، أَلَا تدعو لنا؟ فقال: «قد كان مَنْ قبلكم، يُؤخذُ الرجلُ، فيُحفرُ له في الأرضِ، فيجعلُ فيها فيُجَاءُ بالمِنشارِ، فيُوضع على رأسِهِ، فيُجعلُ نصفين، ويُمْشَطُ بأمشاطِ الحديدِ ما دون لحمِهِ وعظمِهِ، فما يصدُّه ذلك عن دينِهِ، والله ليَتِمَّنَّ هذا الأمرُ حتى يسيرَ الراكبُ مِن صنعاءَ إلى حضرَموتٍ، لا يخافُ إلا الله والذئبَ على غنمِهِ، ولكنَّكم تستعجلون».

(أخرجه البخاري).

صورة تاريخية يستدعيها خيال السامع، وينفخ فيها روح الحياة، فيشاهدها المؤمن وكأنها رأي عين، ثم يأتي الإلهام النبوي لينقل العدسة إلى المستقبل، ويرسم صورة التغيير الإيجابي في أبهى صوره، أن يستتب الأمن في أكثر مناطق العالم خوفًا واضطرابًا، ويأمن الناس على حقوقهم وحرياتهم من أن يُضاموا أو يُعتدى عليهم، في جوٍّ من الإيمان بالله والخوف منه تختصره الكلمة النبوية: «لا يخافُ إلا اللهَ والذئبَ على غنمه».

إنه ليس الأمن الذي يصادر الحقوق بحجة الخوف منك أو الخوف عليك، ولكن الأمن الذي يحفظ الكرامة ويربي على العزة، فلا يخاف المرء إلا من ربه.

ومن التحدي أن تقرأ هذا النص دون أن يرتسم في مخيلتك صورة

راعٍ على بعيره يمشي بين الوديان والهضاب، ينعق بغنمه ويحميها من الذئاب، أو صورة الذئب المتربص بالغنم، وهو وحده الذي يخشاه صاحب الراحلة من الخلق!

في الخندق ضرب رسول الله صلى الله عليه وسلم صخرةً بمِعْوَله فأضاءت، وقال صلى الله عليه وسلم: «اللهُ أكبرُ أعطيتُ مفاتيح الشام، والله إني لأبصرُ قصورها الحمر من مكاني هذا». ثم قال: «بسم الله». وضرب أخرى فكسر ثلث الحجر، فقال: «اللهُ أكبرُ أعطيتُ مفاتيح فارسَ، والله إني لأبصر المدائن، وأبصر قصرها الأبيض من مكاني هذا». ثم قال: «بسم الله». وضرب ضربة أخرى فقلع بقية الحجر، فقال: «اللهُ أكبرُ أعطيتُ مفاتيح اليمن، والله إني لأبصر أبواب صنعاء من مكاني هذا». (أخرجه أحمد).

كان صلى الله عليه وسلم موصول الحبال بالسماء، وأصحابه لم يروا ما رأى، ولكن إيمانهم جعلهم يرتفعون عن اللحظة الراهنة التي قال فيها المنافقون: {مَا وَعَدَنَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ إِلَّا غُرُورًا} (الأحزاب: ١٢)، فصدَّقوا وقالوا: {هَذَا مَا وَعَدَنَا اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَصَدَقَ اللَّهُ وَرَسُولُهُ وَمَا زَادَهُمْ إِلَّا إِيمَانًا وَتَسْلِيمًا} (الأحزاب: ٢٢).

حين يتخيَّل السجين أن القيود تُفك، والأبواب تفتح، والشمل يجتمع، وأنه يستأنف حركته في الحياة بهمة ونشاط، فسوف يقاوم التحديات، ويسمو على الإذلال، ويعيش على الثقة بالله وقرب الفرج.

وحين يبتهل بدعواته الدامعة وصلواته الخاشعة، يخرج منها وهو أوثق بما عند الله مما في يده، فالدعاء يلهب الخيال:

وَإِنّي لَأَدعــو اللهَ حَتّى كَــأَنَّمـا   أَرى بِجَميــلِ الظَنِّ ما اللهُ صانِعُ

لم نقرأ عنه في المدرسة، ولا سمعنا عنه في محاضن التربية، ولم نظفر بخطة لتنميته واستثماره في الأسرة أو المجتمع.

كتجربة شخصية لم أكتشف إلا متأخرًا جدًّا أهمية الخيال وعظم تأثيره في الإنجاز، ومعالجة الانحراف.

كم مرة حضرت دورة لتنشيط الخيال وتحفيزه؟ أو قرأت كتابًا يكشف لك هذا العالم الرائع المبهر؟

«الخيال أهم من المعرفة» (آينشتاين).

هل هذا صحيح؟

في حالات كثيرة: نعم.

لأن المعرفة تحدِّد كل ما نعلمه الآن، أما الخيال فيتجاوز الحاضر ويشير إلى ما قد نكتشفه في المستقبل.

ولأن الخيال يقوم باستدعاء تجارب وصور الماضي لبناء تركيبات جديدة فهو إبداعي وبنَّاء.

ولأن الخيال هو الأداة التي تحول المعرفة إلى واقع.

يعرف المصاب بفوبيا الطيران أن نسبة العطب ضئيلة للغاية، ولكن الخيالات التي تترائى له وهو يهوي، واستحضار لحظة رعب، يكرس حالة الخوف عنده.

حين يتعود على خيالات الوصول والسلامة، ورؤية الأهل والأصدقاء، وتنفيذ المواعيد واللقاءات والبرامج يزايله الخوف تدريجيًّا.

الوسواس ليس سوى خيال سلبي.. يتخيل بقعة في ظهره لم يصبها الماء، يتخيل أن صلاته باطلة وأنه لم يسجد، يتخيل أن الزواج سيفتح عليه باب الكوارث..

إحلال الخيال الإيجابي مقدور عليه بالتدريب، وهو أساس في العلاج.

وكتب البريطاني «هربرت جورج ويلز» توقعاته للعالم (عام ٢٠٠٠م)، فتصوَّر السيارات والقطارات، ونزوح البشر من المدن والسكن في الضواحي، وتحدَّث عن تغير أنماط العلاقات الاجتماعية وشيوع الانحلال، وتوقع نشوء الاتحاد الأوروبي.

ليس العباقرة والمبدعون هم فقط من يحتاج الخيال!

الكشوف والاختراعات كانت تحاك في عقول الكتَّاب المبدعين، ثم في كتبهم ورواياتهم، ثم تزرع في عقول قرَّائهم قبل أن تصبح حقيقة يراها الناس.

ليس بالمستطاع تصور نجاح دون خيال يسبقه

الطائرة والهاتف والكمبيوتر والتلفاز والسيارة.. كانت صورًا في خيال مجنح، قبل أن تصبح أجهزة في مدننا أو بيوتنا أو جيوبنا.

ملاحظة الطيور، ثم فكرة «بساط الريح» ألهمت عباس بن فرناس، ثم «الأخوين رايت» اكتشاف الطائرة.

كان توماس أديسون يقول: لكي تخترع تحتاج إلى خيال خصب، وكومة من الخردة!

إنه ليس اكتشاف المصباح الكهربائي فحسب، بل اكتشاف طرق الحياة والنجاح والإبداع والتغيير.

إنه المنجم الدائم الذي يستخرج منه العلماء والأدباء موادهم الخام؛ فتتحول بأيديهم إلى أعمال خالدة على مر الزمان.

كتب العالم الألماني «يوهان كيبلر» (١٥٧١-١٦٣٠م) قصة رحلة إلى القمر، ووصف القمر، وكيف انعتق هو من الأرض وجذبه القمر إليه، وكان حديثه استباقًا لنظرية الجاذبية الأرضية.

اللاعب الذي يمتلك خيالًا واسعًا يحطم الرقم القياسي في الأولمبياد.

والآخر الذي يتسرب إليه وهْم السقوط يكون على موعد معه غالبًا.

حين تجري مقابلة، أو اختبار قياس وأنت مستعد لها تمامًا، ولكن خيالات الفشل كانت تلح عليك فالنتيجة قد تكون هي الإخفاق!

أنت هنا تتخذ من الخيال ومن قانون الجذب سلاحًا ضدك، والبلاء موكل بالمنطق، والله يقول: «أنا عندَ ظنِّ عبدي بي». (أخرجه البخاري، ومسلم).

وحين تحلم بالنجاح، ووقتك ضائع بين ألعاب الكمبيوتر، وسمر الأصدقاء، ورحلات البر، فسوف تحصل على الإفلاس، وإن كان الخيال هنا فطريًّا كما يقول المصريون: «الجوعانة تحلم بسوق العيش».

حين يتأخر زوجك عن المنزل كيف ستتخيلين الأمر؟ هل ستتوقعينه أصيب بمكروه؟ أم ستظنينه شغل بموعد غرام حرام؟ حسب تخيلك سيكون استقبالك له ساعة قدومه.

حين تتخيل نفسك مندمجًا مع صبيانك وبنياتك في جو عاطفي جميل، ستبدو وكأنك عشت اللحظة.

وحين تتخيل مكروهًا أصابك، وبقي أطفالك من بعدك في أمسِّ

الحاجة إليك، بعدما امتلأت حياتهم بك؛ فستدمع عينك، ويخفق قلبك بالتياع.

حين ترجع للوراء، وتتخيل تلك اللحظة التي سجد فيها الملائكة لوالدك العظيم «آدم»، كم سيصنع هذا فيك من الشعور بالكرامة الإنسانية، والامتلاء بالامتنان العظيم للخالق الذي خلقك فسواك فعدلك، وخصَّك بالفضيلة عمن سواك، فلا تطأطئ رأسك لغيره، وسيضبط تعاملك مع بني جنسك بلا هوان ولا طغيان.

سَأُلزِمُ نَفسي الصَفحَ عَن كُلِّ مُذنِبٍ	وَإِن كَثُرَت مِنهُ عَلَيَّ الجَرائِمُ
فَما الناسُ إِلّا واحِدٌ مِن ثَلاثَةٍ	شَريفٌ وَمَشروفٌ وَمِثلٌ مُقاوِمُ
فَأَمّا الَّذي فَوقي فَأَعرِفُ فَضلَهُ	وَأُتبِعُ فيهِ الحَقَّ وَالحَقُّ لازِمُ
وَأَمّا الَّذي مِثلي فَإِن زَلَّ أَو هَفا	تَفَضَّلتُ إِنَّ الفَضلَ بِالعِزِّ حاكِمُ
وَأَمّا الَّذي دوني فَإِن قالَ صُنتُ عَن	إِجابَتِهِ عَرضي وَإِن لامَ لائِمُ

(الخليل الفراهيدي).

الخيال محسن للأخلاق، ومساعد على التسامح، عندما تضع نفسك مكان شخص آخر لتعرف سبب خطئه، أو حقيقة شعوره، أو تلتمس له العذر.. فأنت تضع نفسك هنا بالخيال، وتتقمَّص شخصيته.

إذا اصطدم الخيال مع الإرادة فالخيال عادة يغلب!

هل بمقدورك أن تجعل الخيال معززًا للإرادة وأن تستعد للامتحان، أو العمل، أو المقابلة معرفيًّا، وفي ذات الوقت تصطحب خيالًا إيجابيًّا يمنيك بالنجاح والفوز؟

في هذه الحالة تكون حظوظك أقوى بكثير.

الخيال ينمي مهاراتك اللغوية والحياتية والعقلية، ويعزز التفكير والإبداع.

يمكن أن يمارس الطفل لعبة «سافر بخيالك»، أو «ارسم بخيالك».

الكتب المصورة للأطفال تعزز الخيال.

ألعاب الكمبيوتر إذا أحسن انتقاؤها.. يقوم أحد الأطفال ببناء منزل رائع، أو تصميم مكتب أو حديقة أو مدينة أو سيارة، ويخرج عن النمط المألوف..

الشاب الجامعي يمكن أن يقرأ كتابًا يفتح عينيه على هذا الكنز المدفون! أو يحضر دورة لتنشيط الخيال وتحفيزه.

المقطوعات الأدبية والقصائد الجميلة العامرة بالأخيلة من شأنها أن تكشف الستار عن هذا الجزء المهدور من الـ «أنا»، كم ديوان شعر يوجد في مكتبتك؟ وكم قرأت منها؟ أو حفظت؟ أو أنشدت بصوت جهوري؟

الواقع وحده لا يكفي، والخيال وحده لا يكفي أيضًا، وربما جنح الخيال عن المعقول فصار شيئًا من أحلام اليقظة لا يتصل بالواقع ومعطياته، والميزان العادل يدعو إلى تنشيط الخيال وتفعيله دون إهدار الواقع واستيعابه.

إذا كان الخيال من وظائف الشق الأيمن من المخ، فالاستيعاب والإدراك من وظائف الشق الأيسر، وإهمال أحدهما مضر وخسارة لثروة تحت يدك لا تقدَّر بثمن.

أتيح لي مؤخرًا أن أقرأ كتاب أ. خليل أبو قورة «الخيال العلمي وتنمية الإبداع» فأفدت منه كثيرًا.

استعادة الذكريات:

حدث لي ذات ليلة موقف لا يخلو من حرج!

وجدت نفسي أمام عسكري مدجج بالسلاح يطالبني ببطاقتي الشخصية، وحين أخذها أمرني بالوقوف، وهدّدني حين هممت بغير ذلك بما لا تحمد عقباه!

حين أقوم برواية هذه القصة؛ سأرويها من زاويتي الخاصة، بما لا يتفق في بعض جزئياته مع رواية الطرف الآخر..

هذا نوع من التذكر والرواية والحكي..

مرّ الموقف بسلام..

وخلال الليل تمّ استذكار الموقف لعشرات المرات بصورة سريعة.

مرّة تستعيد الذاكرة الحدث كما هو بتفصيلاته المثيرة عندي، والمملّة عند الآخرين ممن لا يعنيهم الأمر.

ومرة تستعيده الذاكرة مصعدًا ومطولًا.. فتتخيل أنّ الرجل اضطرك إلى الرحيل معه إلى جهة ما، وتعرّف عليك مديره، وعاتبك، أو قدّم لك رقيق الاعتذار..

أو تتخيل أن الأمر تطوّر إلى مضاربة واشتباك بالأيدي..

أو تتخيل أن الأمور سارت بطريقة مختلفة، كأن تكون استجمعت حلمك وصبرك، وابتسمت، وجاريتَه في اندفاعه.. ماذا كان سيحدث؟ قد يسامحك.. ويقول: «هَالْمَرّة لك!»، أو يفتح محضرًا للسؤال والجواب،

ويعطيك الأوامر ألا تمرّ من هذا المكان مرة أخرى، أو أن تتعلم كيف تحترم رجل الأمن، وكيف تتحدث معه؟!

الذي حدث هو شيء واحد.. لكن كل جزئية منه قابلة لأن تسير بشكل مختلف عما حدث فعلًا، وهنا يعمل الخيال عمله، باتجاهات شتى..

مراقبة تفكيري وأنا أستعيد الحدث مفيدة جدًّا لجهة إصلاح نفسي، واكتساب عادات جديدة في التخيل، أو عادات جديدة في السلوك، وهذا ما نحتاج أن نتدرب عليه مرة ومائة وألفًا!

واحدة من تخيلات كيف سيتجهُ الحدث مرت بي وأنا في صلاتي، ووجدت أني ركعت ورفعت وسجدت شاردًا أتخيّل الموقف، كيف جرى، وبهذه السرعة، وماذا لو..؟

ماذا لو تجمّع الناس حولك، ولاحظوا كيف غضبت وأنت كنت تعطيهم دروسًا في الحلم والصبر؟

أو كيف تعامل معك الجندي معاملة من يشعر أن ذاته تعرضت للاهتزاز، وليس وطنه وأمنه!

وثانية من التخيلات هاجمتني وأنا أتهيأ للنوم، وعرّضتني لأرق امتدّ لأكثر من خمس دقائق!

ثالثة صورت لي نمطًا مثاليًّا من التعامل تمثّل في ابتسامة هادئة، وتعامل راقٍ، واستجابة فورية، وصبر، وكبت لمشاعر الغيظ والغضب، حتى ينتهي الأمر بسلاسة، وهو حتمًا سينتهي حينئذٍ بسلاسة حتى لو كنت شخصًا غريبًا لا يعرفك الرجل، ولا علاقة بينك وبينه، حتى لو كنت «أجنبيًّا» كما سيعبّر بعضهم، وهو تعبير يحمل دلالة عنصرية، سينتهي بهدوء؛ لأن الصبر وضبط الانفعالات والردود اللفظية والجسدية

يحرج الطرف الآخر، ويضطره إلى التراجع.

واحدة من الاستعادات ذكّرتني بكلمة قلتها ضمن الحدث حين قدّم لي رئيسه الاعتذار..لم يكن من حقه أن يتصرف بهذه الطريقة بغض النظر عن كوني مواطنًا، أو أكبر منه سنًا، حتى لو كان يتعامل مع «بنغالي»!

هذه كلمة تقول لصاحبها دعني، ليس ثمة داع أن يكون هذا الشعب مَضرِب المثل في التحقير، هذه عنصرية لم تكن خليقًا أن تتمثّلها أو تعبر بها، وقد كتب أحد الفضلاء مقالًا عن سير عدد من المبدعين والمخترعين من بنغلاديش، كان محمد يونس مؤسس بنك (جرامين) للفقراء، والحائز على جائزة نوبل هو أحدهم، ولا غرابة أن يُقيّض لهذا الشعب قادة مصلحون، يرتقون به إلى مستويات اقتصادية واجتماعية أفضل، وما قصة ماليزيا عنا ببعيد!

واحدة من هذه الاستعادات كانت حكاية القصة لأصدقائي ومن حولي، وهنا تظهر البطولة، وتتحفز الـ «أنا» لتعبّر عن ذاتها، وتؤثّر في الصياغة، وتظهر الآخر بموقف النزق الطائش الذي لا يفهم شيئًا، بينما تختص ذاتها بالشجاعة أو بالصبر وضبط الأعصاب، أو بسرعة البديهة والرد..

يا الله..

كم يستنفذ تكرار الذكريات التي مرَّت بنا من أوقاتنا وأعمارنا؟

وكيف نستفيد منه في ضبط ألسنتنا لتنضبط أفكارنا وتصرفاتنا؟

{مَا يَلْفِظُ مِنْ قَوْلٍ إِلَّا لَدَيْهِ رَقِيبٌ عَتِيدٌ } (ق: ١٨) حتى القول مع النفس «حديث النفس» هو محفوظ، وإن كان عفوًا ما لم يتكلم أو يعمل! كما في الحديث الصحيح المرفوع: «إن الله تجاوز عن أمتي ما حدَّثت به

أنفُسَها، ما لم تعملْ أو تتكلَّم». (أخرجه البخاري، ومسلم).

يبدو أن الإنسان مدرسة لنفسه، لو أنه كاشفها وصارحها وخلا بها بعيدًا عن عيون الناس، وصبر عليها لفجّر من منابع الخير فيها، وجفف من منابع الشر والعدوان ما لا تصل إليه عيون الرقباء.





26

سبحات الإلهام

كان لديه مشكلة اختلاس لم يعرف لها وجهًا، ثلاث سنوات والمحاسب الأمين يفكّر في الأمر دون نتيجة، الإلهام يهجم عليه ليلًا ليصحو ويركض إلى القلم، ويكتب أشياء، ثم يعود إلى فراشه.

تسأله زوجه صباحًا عمّا كتب، فيرفع حاجبيه مستغربًا، ويذهب ليجد أنه كتب بشكل نهائي حل المشكلة التي أرّقته طويلًا وحرمته الرّقاد!

إلهام تحمله الرؤيا، يقع على غير توقع، ودون مقدمات أو أسباب محددة.

رؤيا العزيز متصلة بفراسة وتوسّم، فالذي قال: {أَكْرِمِي مَثْوَاهُ عَسَى أَنْ يَنْفَعَنَا} (يوسف: ٢١)، فأصاب الحقيقة، كان صادق الرؤيا، وحكاية القرآن عنه تدل على صدق حديثه.

فأصدقهم رؤيا أصدقهم حديثًا، وليس ممكنًا فصل المنام عن اليقظة.

عين ثالثة ترى ما لا يراه المبصرون، نسيج من المعاني الروحية والعقلية، وتلبّس المستقبل بالحاضر، وامتزاج التجربة بالعفوية، ذلك هو

«الإلهام» موهبة نفسيّة ترسم الحل، وتنير الطريق، والقلم هو البندقية التي تصيد هذه الطريدة السانحة، الفكرة الملهمة الجديدة والكاشفة التي تهاجمك على غير ترقّب ودون انتظار نوع من الحدس والاستبصار العميق والقراءة الخفية.

لأن الحيوان بدون عقل، فهو يعتمد على الإلهام فحسب في طعامه وشرابه وتزاوجه، وفي معرفة العدو والصديق، وفي تقدير المخاطر، وتدبير كيفية تجاوزها، ولذا سماه الله تعالى وحيا: {وَأَوْحَى رَبُّكَ إِلَى النَّحْلِ أَنِ اتَّخِذِي مِنَ الْجِبَالِ بُيُوتًا وَمِنَ الشَّجَرِ وَمِمَّا يَعْرِشُونَ} (النحل: ٦٨).

الإنسان يملك التعقل، وهو عملية حسابية مدروسة فيها المقدمات والنتائج، وهي مناط التكليف والحساب والمساءلة.

ويملك الغريزة التي تجعل طفلًا وليدًا يلقم الثدي، ويبكي ويخاف ويفرح ويتعلم.

ويملك الإلهام والفراسة «فمَن لم ينفعه ظنه لم ينفعه يقينه» كما يقول الرجل المحدَّث المُلْهَم عمر بن الخطاب رضي الله عنه الذي كان لا يقول لشيء: «أظنه كذا» إلا كان كما يقول.

طاقة روحية، ليس مهماً أهي الحاسّة السادسة، أم المخّ القديم، ففي كل حال الأمر محاط بقدر من الغموض، لأنه متصل بالروح، {وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الرُّوحِ قُلِ الرُّوحُ مِنْ أَمْرِ رَبِي} (الإسراء: ٨٥)، الإلهام ظن، وهو الحق دون دليل!

الغربة تُلهم، فالغربة حرمان، والمحروم يقرأ بشكل مختلف، ويلتقط المعنى من زاويته الخاصة.

أحمامةَ الوادي بشرقيِّ الغَضا   إن كنت مسعفةَ الحبيب فرجّعي

إنّا تقاسمنا الغَضا فغصونه في راحتيك، وجمره في أضلعي!

الحِسّ الإبداعي ليس كذبة مصدرها وادي عبقر، فحين يدخل الشاعر الملهم في تجربة جديدة ينفصل عمّا حوله، وتتحول عنده الأشياء العادية إلى إيحاءات عميقة، وكأنها تعبّر عن ذاته ومعاناته.

الحُبّ مصدر للإلهام، فالتجاذب الروحي والعاطفي يمنح التألّق والدافعية، وينشط الاستعداد لتلقّي الإلهام، والمرأة ذات القلب النابض والعاطفة الحيّة تستقبل الإلهام، وتملك الحدس أكثر من الرجل، فهي أقدر على قراءة المجهول واكتشاف المستور، قلب الأم يلهث وراء «جنينها» الذي يظل جنينًا ولو بلغ السّبعين، وقلب الزوجة دليلها الذي لا يكاد يخطئ حين يجيب على الأسئلة والمخاوف، أو يمنح الأفراح والآمال والتطلعات المستقبلية..

المرأة مُلهَمَة أكثر لأنها تحب أكثر.

الصفائية الذاتية مصدر إلهام، فمن صح جنانه فصح لسانه، والتقي النقي يُلقّى الحكمة {إِن تَتَّقُوا اللَّهَ يَجْعَل لَّكُمْ فُرْقَانًا} (الأنفال: ٢٩)، والقلب الصافي كالمرآة المصقولة تنعكس عليها الحقائق.

القرب من الله في لحظة تجلٍّ وبوح بدعوة، فالدعوة إلهام.

«اللهم ألهمني رشدي».

فالله مانح الإلهام، والدعاء سبيله، والإيمان حافزه.

السكينة هي الحالة النفسية الملائمة للإلهام، هي «لمة الملك».

والإلهام حالة ملائكية، وربما كانت العزلة سببًا في التأمل، وتهيئة النفس لتلقي الفيض الرباني، فلا غرو أن كان انتظار الصلاة بعد الصلاة مما

يحطّ الخطايا ويرفع الدرجات، وأن كان الاعتكاف من سنة المرسلين، وأن قدّم الله لرسوله صلى الله عليه وسلم بين يدي رسالته بتقدير التحنث في غار حراء الليالي ذوات العدد.

فكّرت أيامًا طوالًا في أمر دون ظفر بطائل، في لحظة خاصة جاء الحل حين توقف التفكير، وتراجعت الأسباب.

لا تجعل الهمّ في بؤرة العناية ولا تلحّ، فشدّة الإلحاح تعرقل الإلهام، ولا تعجل فالعجلة «لمة الشيطان».

وحذارِ أن ترمي بالحل في ظلمات اليأس، فالإغلاق هو الآخر من إلقاء الشيطان {يَعِدُكُمُ الْفَقْرَ} (البقرة: ٢٦٨)، {لا يَيْأَسُ مِنْ رَوْحِ اللَّهِ إِلَّا الْقَوْمُ الْكَافِرُونَ} (يوسف: ٨٧).

دع الأمل يعمر قلبك ولو لم تر الضوء.

ربما تقتبس نار الإلهام من مشاهدة الناس، أو سماع كلماتهم، أو قراءة وجوههم، أو من رؤية الطبيعة وتأمل مجاليها ومظاهرها الآسرة.

المشاهدات البسيطة، العلاقات الجديدة، مع شخص، أو كتاب، أو بلد، أو عمل، أو حالة هي فأل جديد باحتكاك ملهم يصنع فرقًا!

لا مندوحة عن التفكير والدراسة وتوظيف الإمكانات العقلية، بيد أنها وحدها لا تكفي.

١٠٠ من كبار أثرياء العالم الناجحين؛ أكدوا أنهم يعتمدون على دراسة الجدوى، ولكنهم يعتمدون معها على أمر آخر مهم هو الفراسة أو الإلهام.

التجربة السابقة أساس.

القراءة المستديمة بناء.

العمر تراكم، فالشباب أكثر حيوية وثقة وإنجازًا، والكبار أنضج وأحكم، هذا التوزيع الفطري يرشح الحراك الحالي للنجاح متى تظاهرت عليه الأطراف!

شباب يأخذ زمام المبادرة للتغيير، ويسمح للكبار أن يقودوا المرحلة ليأخذ هو دور الرقيب والمحاسب.

الروتين المألوف يقتل الروح، ويئد الطموح، وبدوامته تذبل الملكات الإبداعية والطاقات الروحية، وتُنتَقَص إنسانية الإنسان صاحب الأشواق والأحلام، لصالح الآلة الصماء الخاوية.

حين تأخذ الناس بالأنظمة الصارمة، والأوامر العسكرية، والعقوبات التأديبية، تحصل على استسلام مؤقت مذعن، ولكن مع نفوس يخيم عليها اليأس، ويأكلها الحقد، وأرواح ذابلة لا تعرف معنى الحب، ولا معنى الصداقة، ولا معنى الولاء.

ضيق الفرص في مجتمعات شابة مرتفعة النسبة في مواليدها، منخفضة النسبة في إفساحها واحتوائها ووعيها بمتطلب العيش الكريم، هو سبب وجيه للتحاقد والتحاسد، ومدعاة أن ينشغل الفارغ بملاحقة من حوله.

أن تُدرّب القلب، كما العقل، كما البدن، أن يكون عصيًّا على الاستفزاز والإيذاء، عصيًّا على تَقبّل الحقد والكراهية، محافظًا على صفائيته، فذلك معناه أن تكون ذا جاهزية عالية لتقبل الإلهام.

-الإلهام لا يحرّم الحلال، ولا يحلل الحرام، هو ومضة إشراق تلمع في النفس لتعبّر عن كلمة موحية تنضح بالحكمة، وتتشح بالجمال، وتحصد

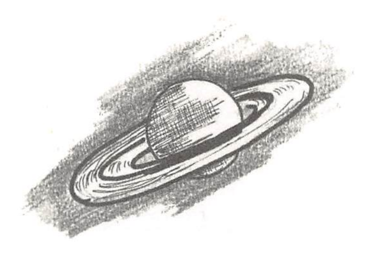
القبول، حتى يقول سامعها:

عبرت عما في نفسي، وكأنما أنا الذي قلتها.

إنها كلمة النجاح التي يدعيها آباء كثيرون.

دون أن تعرف السبب قد يحملك الإلهام على شيء ما، كما عمل ذلك الإطفائي الذي شارك في إخماد حريق، وتم إنقاذ جميع المستهدفين، وجد نفسه مضطرًا بغير إرادته إلى دخول المنزل والنار لا تزال تشتعل، لينتقل من مكان إلى مكان، وصولًا إلى غرفة حيث وجد صبيًّا قد غمره الدخان، يحاول أن يلوذ بالسرير، ويرتجف من الرعب والخوف والحيرة، فأخذه سريعًا، وبعد دقائق سقط سقف الغرفة.

لن يكون هذا الجندي أبدًا شخصًا مريض القلب بالبغضاء، ولا إنسانًا حقودًا، ولا ماديًّا أنانيًّا، فالشيء من معدنه لا يُستغرب، كن أنت ذلك الجندي، وابحث عن الطفل الذي نجاته على يدك بإذن الله؛ قد تجده على مقربة منك؛ أو حتى في داخلك يئن.. أعد إليه بسمته.



27

لديّ حلم! (I Have a dream!)

◆

عندما سجّل الصبي المعدم حلم الطفولة أن يمتلك حقلًا وخيولًا ومضمارًا؛ شطب المعلم على درجته، وحرمه من متعة الحلم..

-كيف تحلم بهذا وأنت لا تمتلك قيمة الدفتر الذي تدون فيه حلمك، والذي كان هدية من جمعية خيرية؟

يعرض على تلميذه أن يعيد الامتحان؛ فيرد الصبي بكبرياء:

-احتفظ بدرجتك، وسأحتفظ بحُلُمي!

يا للعظمة! حين تتمثل موقفًا شامخًا يستعلي على الاستلاب، ويصرّ على المواصلة ليجد نفسه في نهاية المطاف حيث يحب!

إنه التحدي الذي يضطرك أحيانًا إلى المضي قدمًا في طريقك غير عابئ بسارقي الأحلام.

حين قال مارتن لوثر كنق كلمته السائرة: «أنا لديّ حلم» كان يتحدث بأكثر من لغة، أهمها لغة الإنسان.

أحلام المنام ضرب من الخيال، ما زال الإنسان يدأب حتى حقق معظمها، فطار في الفضاء، وأبدع وابتكر وذلل الصعاب وقهَر المستحيل.

الحلم فوق الطموح

وَإِذا كـانَتِ النُفـوسُ كِبـارًا تَعِبَـتْ في مُرادِهـا الأَجسـامُ

الهدف حلم مؤقت له مدة ينتهي إليها؛ أما الحلم فهو شوق دائم متصل بنبض القلب وخفق الروح وتطلع العقل وسبح الخيال.
حين يتحقق الحلم كأنه يتبخّر، إذا قطفته مات، فأجمل ما في العمر هو الانتظار، لحظات الترقب مشحونة بتفاعل غريب هو ذروة الحياة.
سيظل الحلم حلمًا، يُروى بدموعنا، ويقتات من سهرنا، ويستحوذ على يقظتنا ومنامنا.
كان مارتن لوثر كنق يقول:
«سأزرع شجرة التفاح، ولو كنت أعلم أن نهاية العالم هي الغد».
وهو اقتباس من مكنون الحكمة الإنسانية الرفيعة.
مشكاة النبوة كانت أبلغ حين قال صلى الله عليه وسلم في الحديث الصحيح الذي (رواه أحمد، والبخاري): «إن قامتِ الساعةُ وبيَدِ أحدِكم فَسِيلةٌ، فإن استطاع أن لا يقومَ حتَّى يَغْرِسَها فليَغْرِسْها».
مقام النبوة ذكر النخل «الراسخات في الوحل، المطعمات في المحل».
وهي تشبه الرجل المؤمن، رمز الصبر والانتظار والمقاومة واحتمال العطش!

إذا قِيل هَذا مَنْهلٌ قُلت قَدْ أَرى   وَلَكنَّ نفسَ الحُرِّ تحتملُ الظَّما!

لم يقل: غدًا، وإنما قال: الآن.. لو اختلست بضع ثوانٍ لتغرس الفسيلة قبل أن يلحقك الفَوت فافعل!

حلم جميل لا يموت، لأنه لا يتمحور حول الذات، بل فيه حظ وافر للآخرين، ليس أنانيًّا.

الوعد الحق «الأجر» تغذية للطموح حتى في عمل الدنيا الذي يعلم أنه لا يثمر، مجرد «الفعل» هو حفظ لإنسانية البشر من التلاشي والانهيار، إنه (العلاج بالمعنى).

هذا سرّ الغيب في الثواب الأخروي، وهو حافز آخر غير مجرد الإيمان بأهمية الفعل.

الحلم نقلة من ضيق اللحظة إلى سَعة المستقبل، من الإحباط إلى الأمل والتفاؤل، من الخوف إلى الرجاء والتطلع.

الطفل الفقير يحلم بتفاحة يقضمها، أو فراش وثير ينام عليه، أو دُمية يلعب بها.

الخائف يحلم بالأمان، ولا يفكّر بما سواه، والمخاوف هي عدو الأحلام، وحينما يستحوذ الخوف يبدو المرء مكبلًا بالقيود.

قد يعيش المرء في زنزانة يراها، ويلمس قضبانها، ويحس بأنه محبوس.

وقد يعيش في زنزانة لا يراها، ولا يلمس قضبانها، ويظن بأنه حرّ، وهو قنٌّ مثقل بأوزار الحديد!

تأمّل لغتك.. كم مرة في اليوم تقول: نعم ولكن أخشى!

العائلة حلم جميل، إشباع لرغبة الامتداد الإنساني، ورؤية الذات في

الآخر، بشكل منفصل جسديًّا، متصل روحيًّا ووجدانيًّا.
قمة الهرم الثقة بالنفس وقدراتها، والجرأة على بدء الخطوات الأولى نحو الحلم العظيم.

أعلِّلُ النفس بالآمالِ أرقُبُها ما أضيقَ العيشَ لولا فسحةُ الأمَلِ

ثَمّ مَن يحاصر الحياة، وأسوأ منه من يحاصر الأحلام، فلا يريد من الناس أن يحلموا، أو أن يمتدّ خيالهم إلى أبعد من معاناتهم اليومية.
السعادة حلم.
والنجاح حلم.
والحرية حلم، حتى لدى الطائر يضرب شباك القفص، ويرنو إلى الفضاء، أو القطّ يموء ويتمسح بالباب يطلب الانعتاق من ذل القيد.
والعدالة حلم المجموع، حين تذوب الفوارق المصطنعة، ويتساوى الكل أمام سلطة الدنيا أو سلطة الآخرة..

ولقد قُلت لِنفسي، وأنا بين المقابر..
هل رأيتِ الأمن والراحة إلا في الحفائر؟
فأشارت، فإذا للدود عَيْثٌ في المحاجر
ثم قالت: أيها السّائل إني لست أدري!
انظري كيف تساوى الكل في هذا المكان
وتلاشى في بقايا العبد رب الصولجان
والتقى العاشق والقالي فما يفترقان.

شعورك بأنك يجب أن تضيف شيئًا إلى الحياة، أنك تعيش مخلصًا لحلم تنتظره.. هذا يكفي!

مُنىً إن تكُن حَقًّا تكُن أَحسَنَ المُنى وَإِلّا فَقَد عِشنا بِها زَمَنًا رَغدا
أَمانِيُّ مِن سُعدى عِذابٌ كَأَنَّما سَقَتنا بِها سُعدى عَلى ظَمَإٍ بَردا

أن تكون مثالًا لمبدع أو متفوق، أو نمطًا جديدًا يفتح آفاقًا لآخرين، أو نموذجًا مركبًا من نماذج عديدة!

سألني فتى عن أهم أحلامي؟

فقلت: أن أموت وأحلامي تنبض بالحياة، وتواجه التحدّي، وتنفخ روح الأمل في ضمائر البائسين واليائسين والمحبطين.

لا تَخَفْ على حلمك متى كنت مخلصًا وصبورًا؛ لأن العالم حينئذٍ سيتآمر كله لتحقيق حلمك، كما قال « باولو كويلو » ذات مرة.

يجب أن يكون الحلم عشقًا رائعًا، يخالط اللحم والدم، ويتخلل العظم، ويطلّ من العيون، ويسكن اللغة، ويندفع مع الزفير ليعود مع الشهيق!

الفتى يرسم الحلم في سيارته أو دفتره، والفتاة ترسمه في غرفتها أو شنطة يدها، وقبل هذا يجب أن يكون مرسومًا في سويداء القلب، وأعماق الوجدان، ومسكن الروح.

ستلقي هنا بالأعذار والمعوقات في سلة المهملات، ولن تسمح للإخفاق أن يكسب الجولة.

«احرصْ على ما ينفعُكَ» دعوة نبوية للتعاطي الجاد مع الفرص الإيجابية بروح المبادرة والإنجاز.

«واستعنْ بالله» فحين تربط حلمك بالله تمنحه أزلية وسرمدية؛ ليتحول من حلم فرد إلى أحلام أمة، من حلم دنيوي معزول إلى أفق فسيح ممتد إلى حيث الآخرة والعدل والقسط والفضل الرباني، في نعيم لم تر عين،

ولم تسمع أذن، ولم يخطر على بال.

«ولا تعجَزْ» وكيف يعجز من وقود روحه من جذوة الإيمان.

«وإن أصابك شيءٌ، فلا تقل: لو أني فعلتُ كان كذا وكذا. ولكن قل: قَدَرُ الله وما شاء فعل». (أخرجه مسلم).

فالإيمان ليس جبرية عمياء، ولا استسلامًا ولا جحودًا للطاقة الإنسانية الهائلة، وليس بكاء على الأطلال، ولا جزعًا من تغيرات الأحوال، إنه اليقين بأن الخير حيث يضعك الله، وأنك كل يوم تنشئ حلمًا جديدًا، وأملًا جديدًا، ونجاحًا جديدًا.

وما لم تمتلك القدرة على الحلم؛ فلن تفعل شيئًا.

عليك أن تحذر أن تدجّن حلمك؛ لتجعله صورة مشوهة مسكونة بتعرجات الواقع واعوجاجاته..

احلم دون قيود.. أطلق خيالك.. واصنع عالمك الافتراضي الذي سيغدو حقيقة ملموسة متى آمنت بها..

«لوحة الأحلام» فكرة بسيطة، اكتب عليها أهدافك، وضعها في مكان ظاهر تراه كل يوم، أهداف قريبة، وأهداف بعيدة المدى.

اكتب معها آية كريمة أو حديثًا، أو حكمة تؤمن بها.

سوف نتفوق حينما نمتلك أحلامًا ورديَّة بعدد شخوصنا، أو حينما يفلح أولئك الذين يمتلكون الأحلام الجميلة من الإمساك بناصية الحياة.

سوف نتفوق حينما يصبح الخطاب المتدين حافزًا للأحلام وليس رقيبًا عليها.

السِّـر:

سألني أحد الشباب، عن كتاب «السِّر» من تأليف الأسترالية (روندا

بايرن)؛ فأحوجني إلى شرائه وقراءته، وصَحبتُه في بعض سفري، فرأيت نظرية تقوم على تحفيز كوامن النّفس للتفاؤل والعمل، والثقة بأن ما يريده المرء أو يحاوله ممكن، بل هو واقع، متى قاله المرء بلسانه، واعتقده بجنانه، ورفعَ الأفكار السوداوية المتشائمة.

وأن على الإنسان أن يكرّس ذهنه وفكره لما يريد، وما يجب أن يكون، وليس على ما يكره، أو ما يحاذر ويخشى.

وذكّرني هذا بكلمة للإمام ابن القيم، في مدارجه؛ يقول فيها: «لو توكّل العبد على الله حقّ توكّله في إزالة جبل عن مكانه، وكان مأمورًا بإزالته لأزاله».

وذكّرني أيضًا بالكلمة السابقة لمارتن لوثر:

أنا لديّ حلم، ولم يقل: أنا لديّ مشكلة.

نعم! كان هناك مشكلة ولا تزال، بيد أننا إذا دخلنا الحياة من بوابة المشكلات؛ دخلناها من أضيق أبوابها.

وجدت فكرة الكتاب في الأصل فكرة بحاجة إلى أن نُرسّخها في ضمائرنا، بعيدًا عن الجدل حولها، حتى لا يخبو وهجُها، ولا تنطفئ روحُها، نفعل ذلك لأن هذه الفكرة هي أحد المحفّزات الحقيقية للعمل والإنجاز والصبر.

وجدت أن مئات النصوص والكلمات التي أوردتها المؤلفة وعلّقت عليها، وهي تدور حول تفصيلات الفكرة وقوانينها؛ لا تكاد تخرج في مؤدّاها عن مضمون حديثين أو ثلاثة، أحدها قول الرسول صلى الله عليه وسلم في رواية عن ربه جل وتعالى، في الحديث القدسي:

«أنا عند ظَنِّ عبدي بي» (كما في صحيح البخاري، ومسلم)، وفي لفظ: «فليظُنَّ بي

ما شاء». (أخرجه أحمد، وابن حبان، والحاكم).

وفي لفظ «إن ظنَّ بي خيرًا فله، وإن ظنَّ شرًّا فله». .

إن الظن هنا يشمل الدنيا والآخرة، وحسن الظن من حسن العمل، وحين نذهب إلى ترسيخ فكرة علينا ألاّ نُوغل في حكحكتها، أو نفرط في افتراض ضوابط واستثناءات؛ لأنها تبهت أو تموت.

وإذا استقرت الفكرة سهل بعدُ تعديلها وتصويبها.

والحديث الثاني: قول الرسول صلى الله عليه وسلم: «ادعُوا الله وأنتم موقنونَ بالإجابة». وهو حديث لا بأس بإسناده، (أخرجه الترمذي، والطبراني، والحاكم).

والمعنى أن يدعو العبد وهو موقن بأن الله سيجيبه، وليس على سبيل التجريب أو الشكّ أو التردّد.

وكان عمر رضي الله عنه يقول: «إني لا أحمل هم الإجابة، ولكن هم الدعاء، فإذا أُلهمت الدعاء فإن معه الإجابة».

وأرى هذه الكلمة من إلهاماته رضي الله عنه، وكأن مقصوده ليس مجرد التلفظ بألفاظ الدعاء، وإن كان هذا حسنًا، وصاحبه مأجور، بل ما هو أبعد من ذلك من استجماع القلب والفكر على الثقة بالله، وصدق وعده في الكتاب الكريم: {ادْعُونِي أَسْتَجِبْ لَكُمْ} (غافر: ٦٠). {أَمَّنْ يُجِيبُ الْمُضْطَرَّ إِذَا دَعَاهُ} (النمل: ٦٢). {وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ} (البقرة: ١٨٦).

إن النظرة السوداوية كفيلة بسجن صاحبها في قبو مظلم مكثّف الرطوبة، فاسد الهواء، يذكرك بالقبر الذي وصفه بدر السيّاب بقوله:

أُمّاهُ لَيْتَكِ لَمْ تَغيبي تَحْتَ سَقْفٍ مِن حجَارْ

لَا بَابَ فِيهِ لِكَي أَدُقَّ، وَلَا نَوَافِذَ فِي الْجِدَارْ!

وكأنه استعجل الموت قبل أوانه، ولا غرابة أن تجد ضحايا التشاؤم والانعزالية والانغلاق النفسي؛ يردّدون عبارات الحنين إلى الرحيل دون مناسبة، بل وينتقدون من يحاول حرمانهم من هذه المتعة الوحيدة المتبقية لهم في الحياة، إن صح أنهم أحياء!

وفي الحديث وقد سُئل صلى الله عليه وسلم: مَن خير الناس؟ فقال: «مَن طال عمرُهُ وحسن عملُهُ». (أخرجه أحمد، والترمذي ، وابن حبان).

وفي آخر: «لا يتَمَنَّ أحدُكم الموتَ، ولا يَدْعُ به من قبل أنْ يأتيَه، إنَّه إذا مات أحدُكم انقطعَ عملُهُ، وإنه لا يزيدُ المؤمنَ عُمْرُهُ إِلَّا خيرًا». (أخرجه البخاري، ومسلم).

والحياة نعمة امتنّ الله بها على الأحياء، وكان النبي صلى الله عليه وسلم إذا استيقظ من نومه شكر الله، وقال: «الحمدُ لله الذي أحيانا بعد ما أماتنا وإليه النشورُ». (أخرجه البخاري، ومسلم).

إن الاتصال بهدي الأنبياء ليس زادًا على الآخرة فحسب، بل هو زاد إلى الحياة الطيبة في دار الدنيا كذلك.





28

هل أحببت يومًا ؟

من أشهر قصص الخيال تداولاً «قصة الشجرة والطفل»، يمكنك أن تجدها مترجمة ومصورة في آلاف المواقع.

كاتب القصة هو الأمريكي (Shel Silverstein) وترجمت لأكثر من (٣٠) لغة، وهي من الكتب التي تصلح لطفل في سن الثامنة، ولشيخ في الثمانين!، وهي أسطورة رمزية تحمل دلالات وأبعادًا جميلة.

شجرة تفاح في غاية الضخامة، وطفل صغير يلعب حولها، ويتسلق أغصانها، ويأكل من ثمارها، ثم يغفو قليلًا وينام في ظلها.

أحب الطفل الشجرة وأحبته.

مرَّ الزمن وكبر الطفل ولم يعد يلعب حولها.

في يوم من الأيام رجع الصبي حزينًا.

فدعته الشجرة ليلعب، فأجابها: لم أعد صغيرًا لقد كبرت!

استعلاء الذات على مَن عايشوا صباها وجهلها، وسرعة نسيان دور

المربين الأوائل.

كان يحتاج نقودًا ليشتري بها بعض السلع، فالأنا الاستهلاكية بدأت تفعل فعلها.

- يمكنك أن تأخذ التفاح الذي لدي لتبيعه.

تسلق الشجرة وجمع الثمار التي عليها وباعها.

جولة أخرى من النسيان والانهماك في الحياة، والشجرة في غاية الحزن لعدم عودته.

عاد رجلًا مكتمل القوى، وكانت الشجرة في منتهى السعادة لرؤيته، عاد لدوافعه الخاصة.. لقد أصبحت رجلًا مسؤولاً عن عائلة.

وأحتاج لبيت يكون لهم مأوى.

- يمكنك أن تأخذ جميع أفرعي لتبني بها بيتًا.

أخذ الأفرع وغادر سعيدًا..

بعد طول انتظار عاد مرة أخرى مجهدًا يقول: أنا في غاية التعب والملل، وأريد أن أبحر لمكان آخر، هل يمكنك إعطائي مركبًا؟

- يمكنك أخذ جذعي لبناء مركبك لتبحر حيث تشاء.

قطع الرجل الجذع وصنع مركبه!

أخيرًا عاد بعد سنوات طويلة، فرحت به الشجرة.

- آسفة يا بني الحبيب لم يعد عندي ما أعطيك، لا يوجد تفاح!

- لا عليك لم يعد عندي أسنان!

- لم يعد عندي جذع لتتسلقه ولا فروع لتجلس عليها!

- لقد أصبحت عجوزًا ولا أستطيع عمل شيء!

- كل ما لدي الآن هي جذور ميتة، أجابته وهي تبكي!

- كل ما أحتاجه الآن هو مكان لأستريح، فأنا متعب بعد كل هذه السنين!

اقترحت عليه أن يستريح في التربة التي حضنتها زمانًا طويلًا، وسقت عروقها، وكانت سعيدة أن قضى أيامه الأخيرة حيث كانت هي.

الشجرة رمز العطاء والتفاني والتجدد والحياة، قد تكون هي الأم، أو أي مخلوق آخر يرضى أن يؤدي دور الدعم بلا مقابل مادي.. هل هناك غير الأم من يرضى بهذا الدور؟

من إلهاماتها أن الكبار يعرفون الأنا، ولكن الحب لا يعرف صغيرًا ولا كبيرًا، فالكل صغار أمامه.

الحبّ مستعد للانحناء في كل وقت، وليس كذلك الأنا!

الحب يفرح بالعطاء، والأنا تفرح بالأخذ.

الحب يمنح الراحة، أما الأنا فتعطي المتاعب.

بعضنا حين يكبر لا يصبح لديه وقت للحب، وقته منصرف للبحث عن أهداف مادية.

الأنا تطلب المال لأنه «قوة»، كلما كبرت مبانيه وكثرت أرصدته أصبح الإنسان أصغر وأقل إنسانية!

الحب هو قوة الضعف وضعف القوة، هل أصاب المتنبي حين قال:

مِمّا أَضَرَّ بِأَهلِ العِشقِ أَنَّهُمُ هَوُوا وَما عَرَفوا الدُنيا وَما فَطِنوا

تَفنى عُيونُهُمُ دَمعًا وَأَنفُسُهُم في إِثرِ كُلِّ قَبيحٍ وَجهُهُ حَسَنُ

الحب لا ينتظر شكرًا، فالشكر عنده القبول، الحب يعطي دون مقابل.

الأنا يأخذ ولا يعطي، وإن أعطى فلكي يأخذ، يأخذ المديح، أو العلو

والتفوق، أو العوض.
الأنا قد ترى الحب حماقة ووهمًا، والحب يرى الأنا حماقة ووهمًا.
من يعِشْ من أجل ذاته يعِشْ مرة واحدة ويموت سريعًا، ومن يعِشْ من أجل الناس يعِش مرات، فروحه تقسم في أرواحهم.
لنكن منصفين، البر والتضحية سمة لكثيرين حفظوا الوفاء.
قرأت وشاهدت على الشاشة قصة تاجر أراد أن ينقل والديه إلى بيت واسع وجميل وجديد، وكالعادة يؤثر الكبار أن يبقوا حيث هم، وردهم: دعنا هنا لبعض الوقت، وحين نرحل فاذهب إلى حيث شئت! خبأ الولد لوالديه مفاجأة نادرة، أعدَّ مكانًا على ربوة خضراء جميلة محاطة بأنواع الأشجار، ورتب بدقة عملية اجتثاث البيت، ونقله كما هو بواسطة شاحنات كبيرة دون أن يتأثر البناء، وبعد عملية مجهدة وبطيئة وضع البيت على الربوة كما هو، وأحضر غلاف الهدايا ووضعه على المنزل وفوقه شرائط التغليف!
كان قد دبر أمر سفر والديه في إجازة، وبعدها أحضرهما إلى الربوة، ووقفا يشاهدان الغلاف بدهشة، ولا يعرفون ما الذي بداخله، حين كشف عن البيت تهللت وجوههما، واندفعا في بكاء شديد وامتنان لهذه البادرة النادرة!

غريزة أم عادة؟:

«الحب المجنون» يولد من الصدفة، أوليس مجرد حالة انفعالية؟
الحب غريزة فطرية، والتدريب على أساليب الحب عادة وجدانية.
تطويع القلب ليس مستحيلًا: «لا يؤمنُ أحدكُم حتى أكونَ أحبَّ إليه

من ولده ووالده والناس أجمعين». فقال له عمر: يا رسول الله، لأنت أحبُّ إليَّ من كل شيء إلا من نفسي. قال: «لا والذي نفسي بيده، حتى أكونَ أحبَّ إليك من نفسك». قال عمر: فإنه الآن والله لأنت أحبُّ إليَّ من نفسي. قال: «الآن يا عمر». (أخرجه البخاري).

هل في الحب خيار؟:

عندما نغرق في الحب من السهل أن نعتقد أن هذا الشعور الحيوي سيدوم إلى الأبد، ولكن إذا طغت الحياة اليومية انزوى هذا الشعور، وحينئذ نميل إلى الظن بأن شعلة الحب تخبو، أو أنها انطفأت تمامًا..

ونظل نتمنى عودة وهج الحب، ومن الممكن أن ينتابنا شعور بالحرمان إن لم يحدث هذا..

لكن الحب «فعل» وليس شعورًا فقط.

حب النظرة الأولى:

إحساس سريع لدى إنسان بالانجذاب نحو آخر لم يسبق لقاؤه، وتعتقد الفتاة الصغيرة أنها عثرت على فتى الأحلام الذي طالما كانت تتمناه، ولكن الواقع عادة يختلف عن القصص الخيالية والأفلام السينمائية.

وليس من الضروري أن يبادلها الفتى نفس الإعجاب.

الرجل كالديك يعتقد أن الشمس ما خلقت إلا لتسمع صياحه.

أو قل: هو كالفلك الذي يعتقد أن النجوم خلقت لتحوم حوله.

«بحث» على مجموعة كبيرة من طلبة الثانوية وبدايات المرحلة الجامعية. الانطباع الأول القوي الناجم عن اللقاء الأول بين الشاب والفتاة

والذي يطلق عليه كثيرون: «الحب من أول نظرة» يكون خداعًا في غالب الأحوال.

- قد يكون هذا ناجمًا عن ولع أحدهما بفكرة الحب نفسها.

- أو لأن أحدهما حاول تجسيد صفات المحبوب الموجودة في خياله عند الآخر، ثم ينكشف له في المستقبل أن الخيال مخالف للواقع، وأن الإعجاب القائم على الشكل الخارجي وليس الجوهر الداخلي سرعان ما يتلاشى.

- حينما يكتشف المحب أن الواقع غير الخيال، وأن الحبَّ لم يسفر عن عاطفة، وأن شريكه ليس ذلك الملاك المرسوم في خياله يعتريه إحساس بالإحباط والحزن والغضب.

-الحب الحقيقي -بحسب خبراء النفس- يكون بالإقناع الكامل بجوانب شخصية الشريك الآخر وطريقة تفكيره والعواطف المتبادلة، وأنك وجدت إنسانًا يشاركك أفكارك وأحاسيسك.

هل يفسد الحب؟:

هل تختلف مشاعر الحب بعد الزواج؟

دراسة حديثة في جامعة «ميامي» أكدت أنّ الشعور بالحب يساعد على إفراز مادة «الدوبامين» داخل المخ، والتي تعطي إحساسًا باللهفة والرغبة.

وكذلك أعراض القلق التي تصاحب الحب مثل خفقان القلب، وجفاف الحلق، ورعشة اليد.

بعد الزواج يفرز المخ مادة أخرى هي «الإكسي توسين» تعطي

الإحساس بالأمان والراحة والألفة.

الإحساس اختلف، ولكن الحب باق!

(١) من (١٠) من متزوجين قديمًا يعطي ردود فعل كيميائية مماثلة للمتزوجين حديثًا عند رؤية من يحبه، كما في دراسة في جامعة «تاكساس» حول «مقومات علاقة دائمة» جرت على (١٦٨) زوجًا تمت ملاحظتهم منذ عام (١٩٨١م!).

الحب الحقيقي الذي يدوم للأبد ولا يتضاءل مع مرور الزمن موجود، إنه خبر جميل يحسن أن نسمعه في مجالس الرجال والنساء، وخاصة في منتصف العمر!

المسح المقطعي لأدمغة مدعي الحب الأبدي أثبت صدق دعواهم، وأن هذا الحب موجود!

العديد من الرجال والنساء يدمرون ما حولهم بعد الأربعين، وكأنهم يستيقظون فجأة، ويحسون بخريف العمر، ويحاولون تدارك ما فاتهم بصورة فوضوية، تنتهي بتدمير الذات وهدم البناء تحت حجة «أديت رسالتي، وأريد أن أعيش الآن لنفسي!».

أثبتت دراسة حديثة لعلماء أمريكان أن الحب يحفز (١٢) جزءًا من الدماغ مسؤولة عن إفراز مواد كيميائية تمنح شعورًا بالنشوة مثل «الكوكايين».

ومع أن الدماغ يتولَّى جوهر العملية إلا أن القلب (وهو الرمز العالمي للحب) لا يغيب عن هذه العملية أيضا!

إدمان جديد: الرائحة والأنفاس والملامسة مسؤولة عن الترابط الأسري.

الحب يفوق المورفين في تخفيف الآلام.

صدمة الإفاقة:

عند حدوث مشكلة أو انفصال تنسحب هذه المواد وتعود تدريجيًّا لمستوياتها الطبيعية، لأن العقل الذي أحب هذا الإنسان بدأ يروض أشياء معينة، أو يكتشف صفات مثل البخل أو الخيانة أو الأنانية.

وإذا توفرت القناعة العقلية فإن ما يسمى بـ«الأعراض الانسحابية» لن يكون مؤلماً.

أما حين يختفي الحبيب فجأة، ولا يكون الآخر مقتنعًا، فإن هذه المواد تنزل من أعلى إلى أسفل؛ فيتألم لفراق حبيبه، ويصيبه اكتئاب وفقدان الرغبة في الحياة، والانعزال.. وعدم الرغبة في العمل.. وهي تشبه أعراض الانسحاب في المخدرات.

هنا ينصح الخبراء، أيًّا كانت ثقافتهم والتزامهم، بـ:

- الابتعاد عن الأغاني والأفلام الكئيبة أو الرومانسية، وأي شيء يثير الذكريات والحنين، وممارسة الرياضة.
- الاشتغال بالأعمال الطوعية مثل: رعاية الأطفال أو المسنين أو المعاقين حركيًّا أو ذهنيًّا.
- تغيير مكان الإقامة، تغيير أثاث البيت، هوايات جديدة، كورس «فصل» تعليمي، دراسة لغة.
- لا تتحدث كثيرًا عن تجربة فاشلة.

أغلب الناس تريد استمرار الألم وجلد الذات، ولا تريد للزمن أن يداوي جراحها.

الحب يرى الورود بلا أشواك، وحين تدمى أصابعه يبدأ التساؤل.

الحب والجنس:

الحب حين يكون زواجًا فهو علاقة يرعاها الله «الميثاق الغليظ».

الأنبياء فيها سادة وقادة.

وهذا يبعد الإحساس بالاستقذار أو الاستهجان.

في لا واعي الشباب امرأتان:

١ ـ جميلة لعوب مستجيبة يغازلها في السوق.

٢ ـ عفيفة صالحة رزينة يخطبها ويتزوجها ويرضاها أمًّا لأولاده!

عقود ومواثيق تم فضها بسبب إدمان شاب على أن يتعايش مع النوعين معًا.

ثقافة شاب عن ذاته المتفوقة المستعلية، وعن الأنثى التي يراها خلقت للمتعة والخدمة لا تسمح له بالنظر للشريك وفق مبدأ التكافؤ الذي يقرره القرآن.

أبحاث جديدة على الدماغ البشري تؤكد فرضية اختلاف المناطق المسؤولة عن الحب عن تلك المسؤولة عن الجنس.

إذا وجد الجنس دون زواج فهي الفاحشة {وَلَا تَقْرَبُوا الزِّنَا إِنَّهُ كَانَ فَاحِشَةً وَسَاءَ سَبِيلًا} (الإسراء: ٣٢).

وإذا وجد الجنس دون حب فهو اضطراب وقلق وآلام نفسانية وجسدية.

الجنس فعل محدد زمنيًّا ونفسيًّا، أما الحب فهو إطار واسع قبل وبعد ومع.

الحب غاية والجنس وسيلة.

الحب تكامل واتصال بين ذاتين.

الجنس تكامل واتصال بين جسدين.

الجنس ليس غريزة جسدية محضة، وحين يكون كذلك فهو فعل حيواني بامتياز، أما حين يحاط بالحب والتجاذب والرضى والحنان والتكافؤ فهو إشباع لأشواق الروح قبل رغبة الجسد.

أحبك ولكن..!:

الحب أيها الصديق لا مثنوية فيه، ولا يحتاج إلى إفراط في الاعتدال، نبض القلب، وشوق الروح، فلم الاستدراك إذًا؟

«أحبك ولكن أختلف معك!»

وهل يوجد اثنان إلا وبينهما اختلاف ما؟ هل لحظة التعبير عن الحب هي أفضل وقت للحديث عن الاختلاف؟

وربما لو لم تكن مختلفًا معي ما أحببتني ولا أحببتك، فالمرء يبحث عن شيء مختلف بعدما أحب نفسه التي هي هو!

هل سمعت بالشاعر «المثقب العبدي» الذي يقول:

فَـإِمّـا أَن تَكـونَ أَخي بِحَـقٍّ ... فَـأَعـرِف مِنكَ غَثّي مِن سَميني

وَإِلّا فَـاطَّـرِحني وَاتَّخِـذني ... عَـدُوًّا أَتَّقيـكَ وَتَتَّقيني

فـإني إنْ تخـالفنـي شمـالي ... بشـيءٍ مـا وصلتُ بها يمينـي

إذًا لقطعتهـا ولقلـتُ بينـي ... كـذلك أجتـوي من يجتويني!

أتراه صادقًا؟

كلا؛ فالإخاء الحق ليس موافقة تامة، ولا ذوبانًا، ولا تبعية، وقد يخالفك أحب الناس إليك، ويظل الحب قائمًا رغم الخلاف، وليس البديل عن الحب هو العداء والحرب، وربما مرّت بالحب عاصفة عابرة كدَّرت الصفو، ثم هدأت وعادت دماء الحب تجري في العروق!

ألا تعلم أن لغة الصفح والتسامح تعني القوة والسيطرة على المشاعر السلبية، أن تملك نفسك عند الغضب {وَإِذَا مَا غَضِبُوا هُمْ يَغْفِرُونَ} (الشورى: ٣٧)!

-«أحبك ولكن احتفظ بكرامتي وكبريائي وعزة نفسي».

كلا أيها الصديق، فالحب لا يجيد هذه الحسابات، ولا يعد التواضع للحبيب ذلًا أو مهانة..

هَنيـــئًا مَـــريئًا غَيـــرَ داءٍ مُخامِرٍ ... لِعَـــزَّةَ مِن أَعـــراضِنا ما استَحَلَّتِ

-«أحبك بصمت ولا أستطيع البوح».

ليس هذا بمقدورك، فالحب الصادق تبوح به العيون والملامح والقسمات إن لم تعبر عنه الحروف والكلمات، والبوح هو الماء الزلال الذي يروي شجرة الحب، ويبعد عنها شبح الجفاف والتَّيبُّس!

وَتَلَفَّتَــتْ عَينِــيْ فَمُــذْ خَفِيَــتْ ... عَنِّيْ الطُّلُــولُ تَلَفَّــتَ القَلْــبُ

-«أحبك ولكن العتب يطرى على بالي!»

لك العتبى حتى ترضى، والعتب العابر حياة للحب، ما لم يتحول إلى ملامة دائمة توحي بانفكاك رباط الوصل!

-«أحبك ولكن جرحك غائر في ضميري».

لله قلبك الطيب الذي ما زال يحتفظ بالحب رغم الجراح، لم لا تعوّد قلبك نسيان الآلام ليكون أقدر على استقبال موجات الفرح والسعادة؟

-«أحبك ولكن أغار عليك»..

وهل تقبل أن يتحول الحب إلى أنانية واستفراد؟

أو ليست الغيرة مفتاح الفراق، فلم الغيرة في غير ريبة؟

أليس لأجل دوام الحب يتوجب مدافعة الشعور السلبي، والاستعانة بذكر الله ودعائه على نوازع النفس الضعيفة؟

-«أحبك ولكن أعرف أن الطريق إليك مستحيل»!

كلا؛ لا مستحيل مع الإيمان بالله القادر على التغيير:

وَقَد يَجمَعُ اللهُ الشَّتِيتَينِ بَعدَما   يَظُنّانِ كُلَّ الظَّنِّ أَن لا تَلاقِيا!

والطرق إلى الحبيب بعدد الأنفاس والخطرات!

-«أحبك ولكن البُعد قدر مكتوب».

والحب قدر مكتوب.. والمؤمن يدافع القدر بالقدر، وإذا تقاربت القلوب فلا يضير تباعد الأجساد!

-«أحبك ولكن هل تحبني؟»

لئن كنت السابق بالفضل، فلا أقل من أن أبادلك الجميل بمثله

وَلِلقَلبِ عَلى القَلبِ   دَليلٌ حينَ يَلقاهُ!

وإذا عجزت عن أن أكون مبادرًا مثلك فلأتعلم منك وأقفو خطاك!

-«أحبك ولكن على طريقتي..».

لك ذلك.. فللناس فيما يعشقون مذاهبُ!

ربما لا تحسن تزويق العبارات ولا سبك الألفاظ ولا نظم القصيد، فحسبي قلبك الطاهر ولسانك العف، وحفظك لمحبك في حضوره ومغيبه!

-«أحبك ولكن كيف أنساك؟»

أرجو ألا ينسيك الشيطان ذكر أخيك، فليس الحب سجنًا تطلب الفكاك منه.. فإذا طرأ النسيان عليك فهي آية تقصير أو ذنب أحدثته، وحيل بيني وبينك بسببه، فأستغفر الله العظيم من كل ذنب يحول بيني وبين أحبتي.

-«أحبك ولكن تغيّرت»!

وَقَـد زَعَمَـت أَني تَغَيَّرتُ بَعدَها وَمَـن ذا الَّذي يا عَـزَّ لا يَتَغَيَّرُ؟

إن الحب الحق هو ذاك الشعور الراسخ الذي قد يتغير في طريقته ولكن لا يحول ولا يزول.. حتى الموت لا يمحوه، وفي لقاء الآخرة {الْأَخِلَّاءُ يَوْمَئِذٍ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ عَدُوٌّ إِلَّا الْمُتَّقِينَ} (الزخرف: ٦٧).

الحب والحرب:

«الحب» كـ«الحرب» يَسْهُل إشعالها ويصعب إطفاؤها.

عند أحدهم لا معنى؛ لأنْ نتكلَّم عن الحب وآلة الحرب الدامية تَطْحَن شعوبًا هنا وهناك!

ليس بعيدًا أن هذا المعترض كان يحضن طفله أثناء حديثه، أو يتناول كأسًا مُتْرَعًا بالشوق من يد حبيبه، وإذا لم يفعل فعليه أن يفعل؛ فـ«الحب» ليس عيبًا ولا حرامًا، إنما الحرام الغدر والفُحْش والإثم

والخداع باسم الحب، أو التنكُّر للفطرة السوية، وحمل الناس على تَجاهُلِها ودفنها.

الحب الصافي كان يظلِّل بيت النبوة، حتى في أحْلَك الظروف وأشْرَس التحديات، وطالَمَا قالت عائشة رضي الله عنها لرسول الله صلى الله عليه وسلم: «والله إنِّي لأحبك وأحبُّ قُرْبَك». وربما وقف لها حبيبها أمام الناس؛ لتشهد الحبشةَ وهم يلعبون بالحِراب في المسجد، وهي تتَّكِئ عليه في دَلال، (كما في صحيح البخاري، ومسلم)، وتريد أن تتحدَّث نساءُ المدينة عن مكانتها عنده.

وحتى لحظة الموت التي كان يعاني فيها السَّكَرات، ويَعْرَق جبينه الطاهر، آثر أن يستأذن أزواجه ليموت في بيتها وحِجْرِها الطيِّب المطيَّب، وكانت تقول: «مات صلى الله عليه وسلم بين حاقنتي وذاقنتي». (أخرجه البخاري، ومسلم). وكان لا يتردَّد في البوح بحبِّها أمام الملأ، ولا يعدُّه ضعفًا ولا خَوَرًا.

بيوت خَلت من الحب، فصارت صقيعًا، وتجمَّدت فيها العلاقة، وغابت الرحمة؛ فأنتجت جفاءً مرًّا وقسوةً وعنفًا اجتماعيًّا، لا يرحم ولا يريد أن تنزل الرحمة، وربَّما تَتَرَّس بغَيرة شرعية وهمية، وخير الهَدْي هدي محمد وآل بيته.

- «الحب مجرد أوهام»..
- «بلا حب بلا هم!»
- «لا يوجد حب غير حب الوالدين والأولاد والأسرة»..
- «الحب مات من زمان»..
- «لو فتَّشْت قلوبَ الرجال ما اقتربت من أيٍّ منهم»..

يا فــؤادي رحــم الله الهـــوَى   كـــان صَــرْحًــا من خيالٍ فهوى!

تعليقات تنبعث من تجربة مُرَّة، لا يريد مَن عاشها أن يقع فيها غيره، وهيهات، فتجاهُلُ معاناةٍ قائمةٍ لن يحل المشكلة.

تحس أحيانًا أن بعض الحديث هو صدًى لتوجيهٍ من الأهل أو المحضن الغيور الذي لا يراعِي الطبيعة الإنسانية، أو يخجل من مصارحة البِنْت وتَوْعَيتها بنَفْسِيَّتِها وعاطفتها واحتياجات جسدها ووجدانها؛ خوفًا عليها، وكان يجب أن ندرك أنَّه لا شيء أضرَّ ولا أدعى للخوف على الفتاة من الجهل بتكوينها الفسيولوجي والنَّفْسِيِّ، حتى إنَّ الفتاة الجاهلة ربما ضربها الحبُّ على غفلةٍ، فلا تحسن التعامل، أو تظن بأهلها سوءًا، فتُجافِيهم ولا تُصارِحهم، على أنَّ مصارحة الأم الواعية الحنون ومشورتها من ألْطَفِ أبواب النجاة.

- الفراغ العاطفي في البيت هو السبب.

- لازم تبطل تشوف أفلام ومسلسلات.

ربَّما.. لكن هل وُلد الحب اليوم، وهل وُلد أصلًا أم هو جزء من بِنْيَتِنا العاطفية وُضع ليكون للحياة في ظلِّه مذاق جميل، وليجد آدم وحواء شجرة تُذكِّرهما بالجنة التي خرجوا منها، وتَقِيهما حرَّ الهجير ولَفْحتَه وسَمومَه، فالحب نزل مع آدم من الجنة ثم كان في الذُّرِّية سُنَّة «الأرواح جنود مجندة». (أخرجه البخاري، ومسلم).

هل من السهل أن نعطي نصائح ونحن لا نعيش الحالة ذاتها؟!

كلَّا، ليس أمرًا سهلًا؛ بدليل حيرة الحرف أمام أمرٍ كهذا، يقول فيه

شكسبير: «الحب أعمى، والمحبُّون لا يستطيعون رؤية حجم الحماقة التي يرتكبونها».

هو تلبُّس يغشى صاحبِه كما المسُّ من الجانِّ، أحدهم شبه الحب بـ (المالبورو) الذي قد لا تستطيع الإفلات منه بسهولة حتى يقتلك!

التعوُّذ بالله من الحب معنًى سلبيٌّ، ولذا لم يُؤْثَر عن النبي صلى الله عليه وسلم، بل كان يسأل اللهَ الحبَّ الذي يرضاه، ولا يُلهي عن ذكره، فقال: «.. وأسأَلُكَ حبَّكَ، وحبَّ مَن يُحبُّكَ، وحبَّ عملٍ يقرِّبني إلى حبِّك». (أخرجه أحمد)، وفي سنده مقال.

الخيار بين العقل والقلب صعب، خاصة على أنثى، ربَّما لديها مقعد واحد فحسب لأحدهما، لكنه ليس مستحيلًا لمن تتعزز بإرادة صادقة، واستبصار، وتأنٍّ.

العقل كالأب اليَقِظ الخائف، والقلب كالأم الرَّؤُوم.

القلب العاقل مصطلح جميل لا يُقصي القلب، ولا يُعطيه سلطة المستبد الأعمى الذي لا يُفكِّر في العواقب.

نكون أحرارًا في كل شيء، إلا في مشاعرنا، حين نفقد السيطرة عليها.

مثلَما مال القلبُ يعتدل، نعم.. وبَيْن ميله واعتداله منطقة العثرات والكبوات والتردُّد والألم والهمِّ والإقدام والإحجام، وفرصة الفعل الواعي المستعصم بالله: {وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهِ وَهَمَّ بِهَا لَوْلَا أَنْ رَأَى بُرْهَانَ رَبِّهِ كَذَلِكَ لِنَصْرِفَ عَنْهُ السُّوءَ وَالْفَحْشَاءَ إِنَّهُ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِينَ} (يوسف: ٢٤).

ثم قدرةٌ- ولو جزئية- على التحكُّم في القلب والفعل الناتج عنه، يرشد إليها الحديث الشريف: «اللهم هذا قَسْمِي فيما أملِك، فلا

تَلْمني فيما تملك ولا أملك». (أخرجه أبو داود، والحاكم).

الْعَدْلِ {وَاعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يَحُولُ بَيْنَ الْمَرْءِ وَقَلْبِهِ} (الأنفال: ٢٤). «يا مقلِّبَ القلوب، ثبِّت قلبي على دينك». (أخرجه أحمد، والترمذي، وابن ماجه). و«اللهمَّ مُصَرِّفَ القلوب صَرِّفْ قلوبَنا على طاعتك». (أخرجه مسلم).

الحب ليس خطأً، والأهمُّ ألَّا يتحوَّل إلى خطأٍ، فما لم يكن ثَمَّ سبيلٌ للوصل الحلال «فلا خير في لذةٍ من بعدها النارُ»، و«لم يُرَ للمُتَحابِّيْنَ مِثْلُ النكاح». (أخرجه ابن ماجه، والحاكم، وصححه الألباني).

عليك بالباب الواسع المباح، وإياك والشبابيك!

الوصل أحيانًا يكشف عيبَ المحبوب؛ لينقلب الحبُّ حربًا، وتصبح الـمِقَةُ مَقْتًا، ولذا فمن أصدق النصائح: (تمهَّل في اختيار الحبيب، ولا تعجل في التخلِّي عنه). وكانت العرب تقول: (إذا نُكِح الحب فسد)!

أحيانًا يكون من الحكمة أن تتوقَّعي أنه لغيرك؛ تجنبًا للصدمة.

لو أني أعرفُ أن الحبَّ خطيرٌ جدًّا ما أحببت..

لو أني أعرفُ أن البحرَ عميقٌ جدًّا ما أبحرت..

لو أني أعرفُ خاتمتي.. ما كنتُ بدأت..

فعلًا هي تجربة أسطورية في غاية الإثارة والجاذبية والإغراء، لكن لا يريدها أحد أن تكون قبرًا موحشًا، أو ذكرى أليمة، ولا يريد أن تبدئي من نقطة الصفر، وكأنك أول مَن عاشها وعاناها، فرُكام الحياة الإنسانية حافل بالأخبار والتجارب والقصص التي نعرف بدايتها ونهايتها وتفاصيلها.

إن لم يكُــن وَصــلٌ لــدَيكِ لَنـا   يَشفى الصَبابَةَ فَليَكُن وَعدُ

قــد كــان أَورَق وَصلُكُــم زَمَنًا   فَذَوى الوِصالُ وأَورَقَ الصَدُّ

لله أشــواقي إذا نَــزَحَت   دارٌ بنــا ونــوًى بكُــم تَعــدو



29

عرق الجبين

◆

جلس ست سنوات يبني بأعواد الثقاب تماثيل لمبانٍ مشهورة حول العالم، منها: المسجد الحرام، كل مبنى استغرق حوالي ستة أشهر، واستخدم ستة ملايين عود أسنان!

قد ترى هذا الفعل عبثًا إذا لم تدرك الطاقة الكامنة التي كانت تحدو ذلك المبدع لفعله.

كان النجار يتفصد عرقًا ويلهث، وهو يضرب الخشب بفأسه فتتطاير شظايا صغيرة منه، قبل أن يتمكن من تحويله إلى قطع صغيرة..

زاره خبير نفسي وسأله: كم تحصد من هذا العمل يوميًّا؟

أجاب: عشرة دولار.

- سأعطيك يوميًّا مائة دولار مقابل أن تضرب الخشب بظهر الفأس المحدب غير المدبب!

- ولكن الخشب لن يلين أبدًا؟

- لا يهم، فقط أريدك أن تضربه بهذه الطريقة.
- حسنًا.
وبدأ النجار بتنفيذ المهمة، وسرعان ما أحس بالعبثية وبدأ يتباطأ، ثم رمى مائة الدولار على الرجل وقال: خذ مالك لا حاجة لي به، وعاد يضرب الخشب بطريقته المعتادة.
سأله الخبير فقال: إني أشعر بالنشوة والرضى كلما وجدت الخشب يلين لي، ورأيت الشظايا تتطاير، والفأس يحفر كل مرة أكثر وأكثر، واللحظة التي تنقسم فيها الخشبة إلى نصفين هي لحظة فاصلة وجميلة تعودت أن أنتظرها لأشعر بالإنجاز!
هل لاحظت الفرق بين كأس من الشاي تصنعه أنت، وآخر تشتريه من المقهى؟
هل أحسست بفارق الطعم بين تفاحة اشتريتها من السوق، وأخرى قطفتها بيدك من الشجرة؟
ماذا لو كنت أنت من زرع الشجرة وسقاها وتعاهدها وانتظر جناها؟
أجمل الثياب التي نرتديها هي ما طرزت بأيدينا.
الاعتماد على الذات في غسل الملابس وكيها وحمل الأمتعة الشخصية صدقة منك على نفسك.
هل شاهدت صور «بيل جيتس» مع أولاده؟ الثري العالمي يرفض حياة التبذير والبذخ، ويربي أولاده على أهمية العمل وقدسيته لاستكمال المسيرة.
كان أحد ملوك الصين يعاقب خصومه بأن يلزمهم البقاء في بيوتهم، ويسخر لهم من يخدمهم ويقضي حاجاتهم كائنة ما كانت تلك الحاجات،

وسرعان ما يصيبهم الخمول والكسل، ثم المرض، ثم الموت.

الإنسان مخلوق بطاقة هائلة للعمل والإنجاز في داخله، يتفاوت الناس في مقدارها، كما هو مخلوق بطاقة الأكل أو الجنس.

يريد أن يأكل، فإن وجد طيبًا أكل، وإلا احتاج إلى الرديء.

يريد أن يشرب، فإن وجد صافيًا، وإلا تجرع الآسن.

يريد أن يعمل، فإن وجد عملًا يعزز ذاته وينفع مجتمعه أفرغ فيه جهده، وإلا عمل بأي اتجاه على طريقة الشاعر العربي:

إذا أنــت لم تنفــع فضُرَّ، فــإنمــا ... يــرجى الفتــى كـي ما يضر وينفع

القيد تعذيب.

في تعبيرات العامة «فلان ما تمسكه الأرض».

حين يكثر الطفل الصخب والحركة يقول له أهله «امسك الأرض»!

هم يطالبونه بالمستحيل! كيف له أن يثبت جرمًا حركه ربه؟

الحركة استجابة للطاقة الداخلية، وهي في الوقت ذاته صناعة لمعنى الحياة، وتأكيد لأهمية الإنسان.

حين تُحَجِّم الأنظمة السياسية أو الاجتماعية تلك الطاقة تصنع أناسًا مشوهين وفاقدين للتألق والسمو والمبادرة، إنها تصنع آلات صماء متشابهة يصعب عليها أن تفهم الأحياء وأن يفهموها!

الأنظمة من شأنها أن ترتب العمل لا أن تمنع الناس منه.

حرمان المواطن من حق العمل والابتكار والتطوع والمشاركة هو إهدار لجزء أساس من إنسانيته.

ثلاثة أمور ينبغي أن تكون في حياتك، لتكون حيًّا بجدارة:

١- شيء تفعله.

٢- شيء تحبه.

٣- شيء تأمله.

حين نعمل ونكدح فسوف نحب الحياة وتحبنا.

علينا أن نتقن صناعة ما نعمل أو نبني متوقعين أن أحب حبيب هو من سيسكن أو يلبس أو يأكل ما أنتجناه.

علينا أن ننفث شيئًا من أرواحنا في المنتج الذي يصدر عنا ليكون بديعًا ومتقنًا.

كل المنتجات ثمرة «حركة»، وليس ثمرة سكون.

الأمطار، الثمار، النبات...

منجزات البشر ثمرة حركة عقل أو نبض قلب أو حيوية جسد.

ليست مجرد فعل عشوائي بل مبرمج ومثمر.

{وَهُزِّي إِلَيْكِ بِجِذْعِ النَّخْلَةِ} (مريم: ٢٥).

{اضْرِب بِّعَصَاكَ الْبَحْرَ} (الشعراء: ٦٣).

{فَأَسْرِ بِأَهْلِكَ بِقِطْعٍ مِّنَ اللَّيْلِ} (هود: ٨١).

حين نقيم إنتاجًا يجب أن ننظر إلى الطاقة الإنسانية بداخله، فالأشياء تفقد قيمتها إذا نظرنا إليها بصورة شكلية.

كان رسام مشهور يتردد على مطعم، وقد قضى أربعين سنة في عمله وإبداعه، ذات يوم دخل المطعم فطلب منه المالك أن يرسم له باقة ورد ليزين بها مطعمه، رسمها له حسب الطلب، وحين ذكر له المبلغ الذي ينبغي أن يدفعه، اندهش صاحب المطعم وقال:

- كيف تطلب مني هذا المبلغ وأنت رسمتها في دقائق؟

- صحيح لقد رسمتها في دقائق، لكنها تمثل تجربة أربعين سنة من الرسم!

ثم أضاف: أتدفع هذا المبلغ أم لا؟

رفض صاحب المطعم، فمزق الرسام رسمه.

جاء شاب خليجي إلى الشيخ المتخصص في قسمة المواريث يطلب منه تقسيم تركة والده، وحين أعطاه الشيخ الورقة سأله الشاب عن المبلغ المطلوب مقابل هذا الجهد، فلما أخبره الشيخ استكثره، فأخذ الشيخ الورقة ومزقها!

المبدع ينظر إلى الجهد المحدود كغصن في شجرة خبرته الطويلة، ويحس بجزء من روحه وطاقته تسري في العمل، إنه يبيعك جزءًا من عمره، بل من ذاته!

الحركة هي المبادرة، هي الطاقة، وثمرتها الصحة والشعور بالأهمية والأجر والمثوبة، وصناعة القدوة، والإحساس بالمعنى.

العمل مقدس حتى لو كان كنس الغرفة، أو إعداد الوجبة، أو تنظيم المكتب، أو خدمة الضيف «مثقال ذرة».

«الأرض لا تقدس أحدًا، وإنما يقدس الإنسان عمله» (سلمان الفارسي).

نعمل ونتحرك لنوافق مسير الكون والكواكب والشمس والقمر.

العمل هو الذي يحدد مصير الإنسان في الدنيا والآخرة، والإيمان لب العمل وأساسه، إنه عمل القلب والعقل والجوارح «آمنوا وعملوا الصالحات».

حتى إذا كنت على طريق صحيح سوف يطؤك الناس إذا جلست.

لم يودع الله للطيور في أعشاشها أقواتها، بل نشرها وأعطاها أسباب البحث عنها «تَغْدُو خِمَاصًا وَتَرُوحُ بِطَانًا». (كما في جامع الترمذي، وسنن ابن ماجه، وصحيح ابن حبان).

ما لم تحفر الصخر بأظافرك فلن تجد طعم الحياة.

من لم يقد نفسه فلن يقود الآخرين.

روزفلت راعي بقر في الغرب الأمريكي، وصائد للطرائد، كان حماسه وقوته يبدوان بلا حدود، وعندما رشح لمنصب نائب الرئيس عام (١٩٠٠م)، ألقى (٦٧٣) خطابًا، ومشى (٢٠) ألف ميلًا، وذات مرة أثناء تحضيره لإلقاء خطاب أُطلقت عليه النار، وكُسرت ذراعه، واستقرت الرصاصة في صدره، وأصر على إلقاء الخطاب الذي استمر لمدة ساعة قبل أن يسمح لنفسه بالذهاب إلى المستشفى. (القيادة وأثرها في كسب الولاء، د فيصل بن جاسم آل ثاني).

الحياة كالدراجة، لا بد أن يكون راكبها متحركًا باستمرار لئلا يسقط «آينشتاين».

ولا بد أن تكون حركته تقدمًا نحو الأمام.

حين لا تعمل والزمن يمر، يتساوى عندك الليل والنهار، والصباح والمساء، والساعات والدقائق، وهنا يلح عليك السؤال: لماذا أعيش؟

الحركة تصنع معنى اللحظة.

العمل والدراسة ليس لكسب الرزق والوظيفة فحسب، بل للشعور للانتماء للحياة وصناعة الأهمية لها وللنفس.

حين يتصبب عرقك كدحًا تجد السعادة، وتنشد الراحة، وتفهم معنى الحياة.

كما الشمس كل يوم لها مشرق ومغرب، كذلك حركة الإنسان يجب أن تكون.

دراسة في جامعة «شيكاغو» لاحظت أن الانشغال حتى لو كان لإتمام نشاط بسيط وغير متعب، هو أمر إيجابي جدًّا، ويقلل من الشعور بالملل والضجر والتدمير النفسي.

أخرى في جامعة «شنغهاي» تؤكد أن أي عمل بأجر أو بدون أجر يساعد في الشعور بالسعادة، وأن الذين يعملون بشكل ثابت أو ينشغلون بعمل أو هواية أكثر سعادة من الذين لا يقومون بمجهود بدني.

لاحظت الدراسة أن المتطوعين الذين طلب إليهم الانتظار ١٥ دقيقة قاموا بالمشي جيئة وذهابًا، وكلما أبعدوا في المشي كانوا أكثر مرحًا ممن اختاروا عدم المشي.

الطاقة لا تدع صاحبها يخلد إلى القعود الدائم، الذئب وهو في قفصه يدور ويدور مرفوع الذيل، إنه تعبير عن حركة داخلية دافعة، وما أصدق الشاعر حين يقول:

ينـــام بإحـــدى مقلتيـــه ويتقـــي بـأخـــرى المنايا، فهو يقظان هاجع!

حتى في النوم لا يستغرق ولا تتركه طاقته، وقد يوصف الرجل الحيوي بأنه ذئب، على سبيل المدح، وبعكس ذلك «الرخم» وهو طائر يشبه النسر ولكنه لا يلتقط فريسته، بل يكتفي بأكل الجيف، قال المتنبي:

ولا تشـــكَّ إلى خلـــق فتشمتـــه شكوى الجريح إلى الغربان والرَّخمِ

لا قياس للإنسان أفضل من عمله.

يعطينا الله مكافأة على العمل الجيد، وهي أن نصبح قادرين على عمل أفضل.

العمل يحمي الإنسان من:

١- السأم.

٢- الرذيلة.

٣- الحاجة.

عندما يكون العمل متعة تكون الحياة بهجة، وعندما يكون واجبًا تصبح عبودية.

قم بكل عمل وكأنه آخر عمل تنجزه.

كلما عملت أكثر عشت أكثر.

قال أحدهم: أنا من المؤمنين بـ «الحظ»، وقد رأيت أن حظي يزيد كلما زاد عملي.

المنافسة الحقيقية هي بينما تعمله فعلًا، وما أنت قادر على عمله، إنها منافسة مع نفسك.

من عمل رأى النتائج، ومن نام رأى الأحلام.

أهم ما في العمل أنه فرصة لاكتشاف الذات.

العمل مثل الصديق الموثوق لا يجب أن تتخلى عنه أبدًا.

ساعة من العمل تولد المرح، وتقتل الكسل، وهي خير من شهر بكاء.

الحياة هي إرادة الحياة، كما يقول الشابي:

هو الكون حي يحب الحياة ... ويحتقر الميت المندثر

فلا الأفق يحضن ميت الطيور ... ولا النحل يلثم ميت الزهر

لا أحد يحتكر النجاح لنفسه، فالنجاح ملك لمن يدفعون الثمن.
العمل عافية للنفس والعقل والبدن.
العمل يطرد السموم من الجسد، والأوهام من النفس.
اليد المنتجة، هي اليد المعطية، هي اليد العليا.
عمل الفرد هو الشرارة التي توقد المصباح في الطريق.
اختر التعب؛ فهو زاد لروحك، وشفاء لهمِّك.
تعب الجسد يجلب طهارة القلب.
من أجل النهضة لا بد من تغيير ساعة النهوض!
استيقظ مبكرًا وابدأ عملك بهمة ونشاط.
سر المعجزة اليابانية هو تجذر ثقافة العمل والانضباط والتفاني والإتقان.
وسر الخواء العربي هو المظهرية والفهلوة والشطارة والاعتماد على الأسرة أو على الآخرين.
كم دقيقة يعمل المواطن في اليوم؟
(٢٧) دقيقة في أكثر من بلد عربي!
وصدق علينا قول الحطيئة:

دَعِ المكــــارِمَ لا تَـرْحَلْ لِبُغْيَتِهـــا   واقْعُدْ فإنَّكَ أنتَ الطاعِمُ الكاسي!

ازدهرت دولة بسبب لعب الأطفال، وانتعشت أخرى بسبب الجوال، وتحول «صبي القهوة» إلى وزير، وانتشر في العالم ألف مطعم ومنتج بسبب خلطة سرية.. البدايات كانت بسيطة جدًّا.
تصحيح الموقف من العمل كفيل بأن يجعلنا أكثر مبادرة وإيجابية وشجاعة وانتماء وسعادة.

لكل فرد طاقة يجب أن تستفز وإلا انعكست عليه خمولًا واكتئابًا.
المشكلة ليست في «الإجازة»، بل حين يكون العقل في إجازة.
لماذا تكون المكافآت وتعبيرات الفرح هي المزيد من «الإجازات».
من دون عمل لا معنى للعطلة، ومن دون تعب لا معنى للراحة، ومن دون جد لا معنى للاسترخاء، ومن دون هدف ومشروع لا معنى للحياة.
تعلَّم من النمل والنحل عدم ازدراء الطاقة، وعدم الاستهانة بالعمل.
لنتعلم كيف نجعل العمل ممتعًا ومسليًا وجذابًا، وليس حملًا ثقيلًا أو مكروهًا.
الأنبياء عملوا في الحدادة والزراعة والرعي وعمل اليد.
والعلماء فيهم الحداد، والصواف، والقطان، والقفال، والآجري، والباقلاني، والماوردي، والساعاتي.
الخطأ يقع، القاعدون فقط هم الذين لا يعثرون.
من أسرار سعادة الطفولة وبراءتها كثرة الحركة، ورغبة في التنقل.
تقتل الطفل حين تحكم عليه بالقعود، وتقيد طاقته الكامنة، إنه لعب يؤهله للجد، وتسلية تمنحه حب الحياة.
لا شيء يطلق الطاقة الكامنة بداخلنا مثل الرغبة في مساعدة الآخرين.
يجب أن يحتوي أي تعريف للحياة من الآن على مفهوم التطوع وخدمة الناس.
روح المبادرة من إماطة الشوك عن الطريق، إلى تعبيد طرق النجاح للسالكين، ودفعهم إليها بفرح واغتباط، وكأننا نحن من يحصد النجاح.
أن تعطي الناس أكثر مما يتوقعون منك فأنت تجلب السعادة لنفسك ولهم.

حتى آخر لحظة في حياتك ينبغي أن تجد الرغبة في العمل حتى لو كنت لن تحصد الثمرة، زرع آخرون فحصدت، وعليك أن تزرع ليحصد غيرك. لولا التعاون مع الآخرين في السعي إلى هدف ولو كان بعيد المنال، لكانت الحياة «خاوية».

أعرف رجلين مسنين، أحدهما بلغ الثمانين فصرت ألقاه فيقول لي: ربما هذه آخر زيارة لمزرعتي، انتهيت، ولم يطل به المقام، وآخر جاوز الثمانين وهو مصاب بالفشل الكلوي، ويصر على أن يقوم بأعماله بنفسه، ويذهب إلى المسجد مشيًا متوكئًا على عصاه، ويرفض أن يخدمه الآخرون.

الطاقة هي الروح التي تحمل أجسادنا، فإذا فقدناها سقطنا أرضًا، ولم نعد قادرين على فعل شيء!

ماذا أعمل؟:

تهنئة، عيادة مريض، اتصال تعزية، صلة رحم، حضور اجتماع الحارة، نشاط مدرسي، مراسلة جوال أو واتس آب، تغريدات، تدوينات، جلسات الأصدقاء، رياضة، قراءة، حوار، خدمة الوالدين، الأصدقاء، الأقارب...

لماذا أعمل؟:

لأحقق ذاتي، لأعبر عن طاقة الأنا.

لأشعر بقيمة الوقت.

لأتدرب على الإنجاز.

لأحصل على السعادة.

لأستغني عمن استغنى عني.

لأحقق انتمائي لديني، لحياتي، لأرضي.

لأحصل على الصحة النفسية.

لأحافظ على حيويتي.

لأحقق احتياجاتي.

..... أكمل.

الدائبون:

كنت في مؤتمر أحس بالضجيج من حولي، وجموع الشباب في حركة لا تتوقف، ما بين جلسة إلى محاضرة، إلى حوارات جانبية.. في جو كهذا يشعر الإنسان بالفاعلية والعطاء والإيجابية، وكأننا فعلًا في مهمة بنائية جادة تتشابك فيها الأيدي، وتذكرت ما كان يردده الصحابة رضي الله عنهم وهم يبنون المسجد:

لا يَستَوي مَن يَعمُرُ المساجِدا يَدأَبُ فيها قائمًا وقاعدا

وَمَنْ يُرَى عَنْ الْغُبَارِ حَائِدًا

الغبار يكون حتى في البناء، ولابد من الاعتياد عليه وتجاوز الحساسية المفرطة، وتقبله كجزء من تبعات العمل والحياة والإنجاز.

انفض السامر وانتهى المؤتمر، عدت ولا أحد حولي، أشعر بالانفراد والوحدة..

تذكرت أن من أسرار النجاح الجوهرية العمل في الظروف المختلفة،

والتكيف مع المتغيرات.

كان يقول: النجاح هو أن تنتقل من فشل إلى فشل آخر، دون أن تفقد حماسك!

كم شدني هذا التعبير بعدما عشت العديد من التجارب.

ثمّ داعية يتقن العمل في الأجواء الجماهيرية، ويقتبس روحه وحماسه من الآخرين حوله.

لكي يواصل هذا الداعية نجاحه عليه أن يتدرب على العمل بعيدًا عن الأضواء، يجد الحيوية حين يخاطب الآلاف والملايين، ويجدها حين يخاطب العشرات أو حتى الآحاد.

العمل كمتحدث، إلى جوار العمل كقارئ، أو كاتب، أو متأمل، بل والعمل كأب وزوج وصديق ومنحاز للحياة والأمل والرضا واليقين.

ثمّ من يتحمس في المواقف والأزمات فهو فيها مقدم متحرك، يعلق على المقالات، ويكتب التغريدات، ويشارك في «الهاشتاقات»، ويتابع الأحداث، ويصنع الأدوار، ويشعر بغير قليل من الانتعاش، يجد نفسه حين يوافق هذا ويعارض ذاك، ويؤيد ويعترض، ويطالب ويغالب، وربما سهر الليل، وتبعًا لذلك يكون حديثه مع من حوله هو ضمن دائرة الهموم التي انشغل بها، فإذا مضى الزمن وهدأت الأزمة اختفى في الزحام، فلا خبر ولا حديث ولا مشاركة، وانفرد بهمه وذاته، وبدأ الفراغ يفعل فعله، وما أقتل الفراغ!

وتمضي الشهور والسنون وهو ينتظر مناسبة ساخنة كسابقتها لكي يخوض غمراتها، ويكشف عن ساعديه ويشمر..

بعد سنوات تسأل عنه فلا تجد خبرًا ولا تحس من أحد ولا تسمع

ركزًا، ربما انحاز لعمل جاد ولو كان بسيطًا، نجح في دراسته، تفوق في وظيفته، ربح في تجارته، تزوج وأنجب.

حسنًا، فهو إذًا يعمل الآن في الظروف العادية، وليس الاستثنائية، لكن لا نريد أن نفقده حيث كنا نجده.

نريد أن نسأل عن الاسم الذي كان يحشد حوله العديد من المتابعين، ويؤدي دور القيادة العابرة في الأزمة فنجد أنه أصبح يعمل بصمت، ويبني ويؤسس ويفكر ويخطط، وتبعًا لذلك أصبحت استجاباته لردود الأفعال أقل حدة وأقل حضورًا، أصبح يدرك أن المؤثرين في الحياة هم الصامدون الصبورون العاكفون على الإنجاز، وليسوا من يتجمهرون عند حوادث السيارات ثم ينفضون دون هدف.

الذين يحصرون أنفسهم في الأزمات يضعون كافة إمكاناتهم تحت تصرفها، ويريدون أن يكون الناس جميعًا مثلهم، وقد يظنون أنهم يصنعون مستقبل الأجيال، ويوجهون الأحداث بسبب واحد هو أنهم يصرخون، دون أن يكونوا في قلب الحدث وفي سويدائه، المشكلة أنهم لا يسألون أنفسهم بعد هدوء العواصف عن النتائج، ولا يراجعون المواقف، وأصدق وصف لشاب في هذا السياق هو أنه يتعامل بـ «القطاعي» ويكفيه الشعور الداخلي بالرضا والارتياح عما فعل.

أحيانًا نقول: علينا الفعل وعلى الله النتائج!

وهي كلمة تحتاج إلى تفكيك، فالله له كل شيء، ومنه كل شيء، ولكنه وضع أسبابًا ونواميس وسننًا تحكم هذه الحياة من مثل قوله سبحانه: {مَنْ يَعْمَلْ سُوءًا يُجْزَ بِهِ} (النساء: ١٢٣)، وقوله: {إِنَّ اللَّهَ لا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ} (الرعد: ١١)، وقوله: {إِنَّ اللَّهَ لا يُصْلِحُ عَمَلَ الْمُفْسِدِينَ}

(يونس: ٨١)، وقوله: {وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا} (الطلاق: ٢).

فحين نخفق في تحصيل النتائج فمعناه أن ثمّ خللًا في العمل أو سوء فهم أو عطبًا في التفكير.

الإنجاز الذي حققه شخص ما أو شعب ما في الشرق أو الغرب- كما في ثورة تونس ومصر وليبيا واليمن وسوريا- لم يكن مفاجأة ولا صدفة عابرة، كان جزءًا من الرحمة والحكمة الإلهية لبني الإنسان، أن من عمل عملًا صحيحًا في هذه الدنيا أصلح وأنجح ووصل، ومن لم يعمل وفق السنة عوقب بالحرمان ولو كان عابدًا زاهدًا تقيًّا في سلوكه الشخصي، فالسنة الإلهية لا تحابي ولا تجامل.

لعل من السنة أن فئامًا عريضةً من الناس هم بطبعهم لحظيون، لا يفكرون ولا يخططون للمستقبل، ويتعاملون مع الظرف الآني بكامل العفوية والبساطة، ثم ينسون ما عملوا وما قالوا، وينتقلون إلى غيره.

ليس مطلوبًا أن تتحول الأمة إلى نخبة من العباقرة، ولا فئة من الحكماء. ولا يظن بأن أمّة أو شعبًا سيكون طيعًا في يد النخبة والحكماء لو وجدوا..

المنطفئون:

حين لقيته أول مرة كان يملأ المجلس حيوية وتوهجًا، ويشد الأنظار إليه بنشاطه المتوثب، وروحه المرحة، وحماسه لكل ما يسند إليه، وقد كانت أفكاره رائعة، كان يؤمن بالتجديد والإبداع، ويتحدث عن الفرص العظيمة في الحياة.

في ذلك اللقاء أحسست أن شابًا يتكون الآن لصناعة المستقبل، واقتبست من حماسه حماسًا، فوجدتني أسترسل في الحديث عن

موضوعاته، وأهتم بسؤالاته، وأزمع أن يدوم الوصل بيننا.

حالت بيني وبينه الحوائل، ولم أعد أسمع له حسًّا، لقد انطفأ!

كثيرون هم كذلك.

يبدؤون مندفعين مشرقين، ثم تعترضهم العقبات، أو لا تساعدهم الملكات، أو تخور نفوسهم، ليتباطأ مشيهم، ثم يتوقف، ثم يتراجع.

تذكرت كلمة إبراهام لنكولن «أنا أمشي ببطء، ولكن لم يحدث أبدًا أنني مشيت خطوة واحدة للوراء»..

قد تسمع باسم داعية في بلد، أو تقرأ له كتابًا، فترى رمزًا قادمًا، ثم يطول انتظارك ولا يجيء، هنا تسأل ما السبب؟!

وقد كُتب لي أن أتعرف إلى ثلة من المؤثرين، سواءً كانوا علماء في الشريعة، أو مربين في الميدان، أو أدباء ومثقفين، أو قادة اجتماعيين، ممن ظلوا يقدمون ويبذلون، واستمر حضورهم وتأثيرهم، فبدا لي أن أهم الأسباب وراء إشراقهم الدائم يعود إلى:

١- الهمة العالية، والطموح، مصحوبًا بالصبر والتطلع والإصرار، فطرة تعززها التربية، والقراءة الصحيحة للقدرات والظروف المحيطة، ولبابها التوازن بين المأمول والممكن.

٢- التكيف، والقدرة على معايشة الظروف، وحماية النفس من الإحباط واليأس، والتعامل مع الطرق المسدودة والفرص الهاربة، والأجواء الخانقة، وعدم الجمود على رؤية ضيقة، أو تجربة محدودة، حين تجد الطريق مغلقًا لا تقعد، ابحث عن طرق أخرى، ولا تعوّد نفسك اتهام الزمان، وسب الدهر، ابحث عن يمينك وشمالك، ستجد أبوابًا تقول: «هيت لك»، فلتكن شجاعًا جريئًا تقتحم العقبة، وتحاول:

إنَّ الأمـورَ إذا انسدت مسالكها ... فالصبرُ يفتحُ منها كلَّ ما رُتجا

لا تيـأسن وإن طالت مطالبةٌ ... إذا استعنت بصبرٍ أن ترى فرجا

أخلق بذي الصبرِ أن يحظى بحاجتهِ ... ومـدمنِ القرعِ للأبوابِ أن يلجا

من التكيف أن تتعود النفس على التعامل مع الحر والبرد، والنور والظلام، والكثرة والقلة، والنجاح والإخفاق، بحيث لا نعتبر الإخفاق حتمًا لازمًا لا مهرب منه، كما قيل:

يَـصونونَ أَجسادًا قَديمًا نَعيمُها ... بِخالِصَةِ الأَردانِ خُضرِ المَناكِبِ

وَلا يَحسَبونَ الخَيرَ لا شَرَّ بَعدَهُ ... وَلا يَحسِبونَ الشَرَّ ضَربَةَ لازِبِ

فالصبر لا يعني الانتظار فحسب، بل يعني البحث عن «حيلة» عن «مخرج».. ليست الحيلة مذمومة بذاتها، فهي من التحوّل، ومن السنة أن تقول: «لا حول ولا قوة إلا بالله».

الذم على التلاعب أو المراوغة أو الخداع باسم التفقه، أو باسم السياسة، أو باسم الفكر.

لا ترسم في رأسك صورة تريد تحقيقها بحذافيرها؛ فذلك هو المستحيل.

٣- التجدد، أي: تطوير الذات، فكرًا وسلوكًا، واقتباس الحكمة من مظانها، أن تقرأ العين، وتصيخ الأذن، ويتأمل العقل، أن يكون المرء «نهمًا»، ما أجمل النهم إلى المعرفة الجديدة، وفي الأثر عن ابن مسعود رضي الله عنه: «مَنْهُومان لا يشبعان: صاحب العلم، وصاحب الدنيا».

(أخرجه الدارمي، والآجري).

حتى وأنت في الثمانين لا تستكثر على نفسك أن تحصل على معرفة جديدة في موضوع طالما عالجته، وربما من مصدر ما كنت تظن أنك تظفر بها منه.

أصبحنا نتعلم الكثير من أطفالنا من جديد التقنية، وطريف المعرفة!

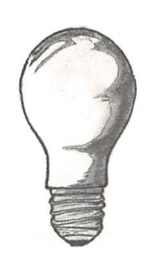
هذه الروح المتطلعة المتواضعة هي روح المتزود بالوقود الدائم، للفكر والحياة، لئلا تصبح شريطًا يكرر نفسه، لتكن كالشمس كل يوم لها أفق جديد، هي هي لم تتحول إلى كوكب آخر، ولكن سنة الخلق تقضي تنقلها بين المشارق والمغارب، كما أقسم بها جل وتعالى.

٤ - العمر، فمَن ينسأ الله له في أثره يبارك فيه إن كان صاحب همة وتجدد وتكيف، فتحنكه التجربة، وتؤدبه الأيام، ويتجاوز شرّة الشباب واندفاعه، وتُحكِمه المواقف، وبهذا يحدث له تراكم في العلم والمعرفة والمحبة عند الصالحين، والسابقة في الخير، وحسن الأحدوثة، ويتجاوز العثرات العابرة، ويحلق فوق الشاتمين والشامتين، خاصة وقد تدارك أقرانه، وأصبح وحيدًا، أو كما يقول (طرفة بن العبد):

إِلى أَن تَحامَتني العَشيرَةُ كُلُّها ... وَأُفـرِدتُ إِفرادَ البَعيرِ المُعَبَّدِ

وإن لم يكن وحيدًا، ففي نفر قليل من الأقران، لأن زملاء الأمس أصبحوا ما بين دفين في «الثرى» أو دفين في «الثراء» أو مسْتَخْف فتر عن المحاولة، وانطوى على نفسه.

أولئك الذين يبدؤون وهم يحسون بالكمال سرعان ما ينطفئون.. لأنهم وصلوا قبل أن يبدؤوا الطريق!



30

العلاج بالمعنى

صبي يعبث بالأثاث ويسيء التصرف بقصد لفت الانتباه.

إنه يعاني من انشغال أسرته، ويحتاج أن يقصدوه بالحديث، ولو كان حديثًا غاضبًا، فالأنا تئن تحت وطأة الإهمال.

إنها صورة تتكرر في معظم الأسر كوسيلة احتجاج، ولا أحد يريد أن يسمع.

حين عاد الزوج إلى منزله الجديد، فوجئ بأن طفله الحركي قد مزق الأثاث الجديد، وكسر بعض الزجاج، غضب وربط الصبي عقابًا له!

الأم تتألم ولا تستطيع أن تتكلم!

بعد ساعات صمت بكاء الطفل، ورأت أمه يده زرقاء من أثر الحبل المشدود!

الفحص الطبي قرر أن الدم تسمم، ولا بد من بتر اليد!

عادوا إلى المنزل الكئيب بعد أيام، والطفل يقول لوالده:

- بابا أرجع لي يدي، ولن أعبث بالأثاث مرة أخرى!
السجن يلغي الأنا، ويحول الإنسان إلى مجرد رقم، وقد ينتهك خصوصيته وإنسانيته، ويتعمد إذلاله وتحطيم كرامته بوسائل التعذيب النفسي أو الجسدي، يسمع كثيرًا أنه حشرة أو بهيمة أو مخلوق بغير قيمة، ويتلقى إشارات متكررة بأنه لا أحد يكترث له، ولا يهتم لوجوده هنا.
الزوجة حسبما أخبره السجان سوف تطلب الطلاق، والأبناء محرجون أمام زملائهم من انتسابهم إليه، وهم يكتفون في التعريف بالاسم الأول واسم العائلة!
مليكة أو فقير في رواية «السجينة» عبرت عن جزء من هذا المعنى، بعض السجون العربية حازت قصب السبق في سحق الكرامة الإنسانية ومصادرة الحقوق.
الفيلسوف «فيكتور فرانكل» رسم خطة الإبقاء على احترام الذات في تجربته المؤلمة في سجون النازية، عبر نظرية «العلاج بالمعنى»، أو بحث الإنسان عن معنى.
فبالرغم من فقدان كل شيء وتحطيم كل القيم، ومعاناة الجوع والقسوة، وتوقع الموت في كل لحظة، وجد الرجل أن حياته تستحق أن تعاش، وكتب «من معسكر الموت إلى الوجودية»، ثم كتب «إرادة المعنى»، ثم «الحاكم الشعوري».
إنها الشجاعة والثقة في مواجهة الألم.
عندما تسأل الأفراد عن السبب الذي من أجله يعيشون حياتهم يقولون: من أجل الأطفال الذين يجب أن نستكمل تربيتهم، من أجل الصديق الذي نسانده، من أجل العمل الذي ينبغي إنجازه، من أجل المشروع

السياسي الذي نريد أن يحظى بالتأييد، كل ذلك معناه أن شخصًا ما أو عملًا ما في حاجة إلى وجودنا، وهنا يكمن جوهر العلاج بالمعنى.

أن تكون الحياة موصولة بهدف، فهذا ليس خاصًا بمواجهة السحق والسجن.

الحياة ذاتها من دون أهداف ولو صغيرة سوف تكون سجنًا كبيرًا.

تغوّل السلطة السياسية والاجتماعية الدينية وتدخلها في الخصوصيات والتفاصيل، وفرضها إرادتها يقضي على الأشواق والتطلعات والأحلام، ويحول المجتمع إلى مصنع لقوالب جامدة بغير تنوع ولا روح.

كلما تعاظمت معاناة الأنا من العدوان الجسدي، أو الحصار الميداني، أو الحرمان العاطفي، كانت أكثر استعدادًا لارتكاب أخطاء أو جرائم للحصول على ما تعتقده حقًا مشروعًا لها، ولسان حالها يقول:

«أريد أن أتأكد أنني موجود».

«إني لست عديم القيمة».

وقد تعلق الأنا المسحوقة أخطاءها على الآخرين، وكأنها تستمرئ الغياب.

إذا لم تنل الانتباه الإيجابي فسوف تبحث عن الانتباه السلبي.

تُسحق الأنا هنا بين سطوة طغيان سلطوي، أو عادات اجتماعية حاكمة، أو ممارسة رقابية مفرطة من الأسرة والأهل، وبين مطالب مشروعة وفطرية.





31

احترِم نَفْسَك !

الريح الباردة تهبّ بقوة، كانت الناس تسير بسرعة، واللثام على الوجوه، وعزيف الريح يطغى على الأصوات فلا يكاد يسمع أحد من أحد.

وقفت أستثبت الطريق من أحد المارّة، انتصبت أمامه لئلا يتجاهلني، وحييته ثم سألته عن «سي بوينت»؟

لم يلتفت إليّ، ومضى في سبيله.

وآخر.

وثالث.

شعرت بالغيظ، ثم ابتلعته، وأنا أشعر أن في هذا مرضاة الله، الذي يحبّ منّا أن ننتصر على مشاعرنا السلبية تجاه الآخرين.

وفوراً خطر في بالي معنى بالغ الأهمية، يوحي بأن أكثر ما يُغضب الناس تجاهلهم الذي يعني ازدراء أشخاصهم، أو عدم احترامهم.

السجن ليس هو الجدران والأقفال والشبابيك والقيود والأحكام.
السجن الحقيقي هو إشعار المرء بالمهانة والاحتقار، وأنه زائد على الوجود، ولا أهمية له يحيا أو يموت، يغضب أو يرضى، يقترب أو يبتعد.
أن تحترم نفسك، فهي البداية الجوهرية ليحترمك الآخرون، أن تحافظ على شخصيتك وكرامتك وحريتك وإنجازك، أن تواصل نجاحك ولو في «لعب الكعاب»!
احترام الطفل الصغير ليس مجاملة لوالديه فحسب، بل هو احترام لأسرته، واحترام لمستقبله، هذه الملامح الصغيرة سوف تكبر، وهذا الصبي سيصبح سيداً أو عالماً أو مبدعاً أو وزيراً أو غنياً، وهذه الفتاة ستكون محطّ آمال الخطّاب والعزّاب، وسيدة بيت، وربة عمل، وأم أولاد وأحفاد مرموقين.
الشباب والمراهقون، أغلبية العالم العربي، المسكونون كغيرهم بهاجس الاعتراف، والحصول على الاستقلال، يجب أن يحظوا باحترام الأب والمعلم والداعية والمسؤول قبل أن يتخذوا قراراً نفسياً بالانفصال.
العامل الذي ينظف الشارع أو السيارة هو إنسان {وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ} (الإسراء: ٧٠).
يشترك معك في الإنسانية التي هي أخص صفاتك، وربما فاقك بعفافه، أو صبره، أو إيمانه، رب سائق أو خادم يقوم الليل وسيده ينام عن صلاة الجماعة «ابْغُونِي ضُعَفَاءَكُمْ فَإِنَّكُمْ إِنَّمَا تُرْزَقُونَ وَتُنْصَرُونَ بِضُعَفَائِكُمْ» (رواه أبو داود والترمذي وأحمد)، «هذا بنغالي»، «هذا هندي»، «هذا.. هذا»!

إنها لغة الكِبر والتعاظم « بَطَرُ الْحَقِّ وَغَمْطُ النَّاسِ».

المستفيد، مراجعاً في إدارة حكومية، أو زبوناً، أو مسافراً في مطار، أو منتظراً في طابور.. يحتاج إلى الاحترام في الحالين، سواء حصل على ما يريد، أو حُرم منه، حصوله على الاحترام يمنحه الرضا ويطبع الابتسامة على وجهه لينصرف وهو سعيد.

احترم نفسك، تلويح بردة الفعل، وفي الصحيحين عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرِو بْنِ الْعَاصِ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ -صلى الله عليه وسلم- قَالَ « مِنَ الْكَبَائِرِ شَتْمُ الرَّجُلِ وَالِدَيْهِ ». قَالُوا يَا رَسُولَ اللَّهِ هَلْ يَشْتِمُ الرَّجُلُ وَالِدَيْهِ قَالَ « نَعَمْ يَسُبُّ أَبَا الرَّجُلِ فَيَسُبُّ أَبَاهُ وَيَسُبُّ أُمَّهُ فَيَسُبُّ أُمَّهُ ».

من لطف التعبير النبوي أن عدّ هذا شتماً للوالدين.

فشتمك لوالدي الرجل الآخر هو مثل شتمك لوالديك.

وهو أيضاً سبب فيه.

وفي التنزيل : {وَلا تَسُبُّوا الَّذِينَ يَدْعُونَ مِنْ دُونِ اللَّهِ فَيَسُبُّوا اللَّهَ عَدْواً بِغَيْرِ عِلْمٍ} (الأنعام:١٠٨)، وأعظم حرمة هي حرمة المقدسات الإيمانية الربانية، كالإلوهية والنبوة وكلمات الله وشرائعه التي لا يجوز أن تمس تحت أي ذريعة إبداعية أو ابتداعية.

«احترم نفسك!»

كلمة يقولها الآخر وهو يهمّ بالإيقاع بك، وبذا تحولت من لغة جميلة صادقة إلى تهديد ترتعد له الفرائص.

احترام النفس يعني احترام الإنسان ذاته.

في صحيح مسلم عن أبي هريرة -رضي الله عنه- أن النبي -صلى الله عليه وسلم- قال : « إِذَا قَاتَلَ أَحَدُكُمْ أَخَاهُ فَلْيَجْتَنِبِ الْوَجْهَ فَإِنَّ اللَّهَ

خَلَقَ آدَمَ عَلَى صُورَتِهِ».

من إيحاءات النص النبوي أن الوجه موضع التشريف والكرامة، ومجمع الحواس، السمع والبصر والشم والذوق، وتقاسيمه تعبّر عن معظم المعاني الذاتية : من طيبة وكرم وسماحة، أو أضدادها، وعن المشاعر كالغضب والرضا والفرح والحزن، والفنان المبدع يرسم ذلك بريشته بما لا تطيقه لغة الأديب والشاعر..

هي كرامة إنسانية إذاً، أنت أحد أفرادها، وأخوك الآخر كذلك، وانتهاك كرامته هو عدوان عليك أنت في نهاية المطاف.

المقيم والمواطن والغريب كلهم سواسية كأسنان المشط.

الذين يقتلون الناس، أو يقتلون شعوبهم فقدوا إنسانيتهم، وفقدوا احترامهم لأنفسهم، وفقدوا الشرف والكرامة البشرية، وهم أعظم الناس جرماً عند الله بعد المشركين.

ليس في قتل الإنسان لأخيه شرف، ولذا كانت المزية للمقتول على القاتل {إِنِّي أُرِيدُ أَنْ تَبُوءَ بِإِثْمِي وَإِثْمِكَ} (المائدة: ٢٩).

الحياة عطاء وفضل، ولذا جعل الله القصاص حياة، لأنه يمنع القتل، ويحمي الأرواح المعصومة.

والمرأة حين تموت على ولدها فهي شهيدة ؛ لأنها ماتت بـ «جُمْع»، حين كانت روح الحياة الجديدة ينبثق من رحمها الولود المعطاء، والشهداء أحياء عند ربهم يرزقون.

هذا شيء يعيه صناع المجد على مدار التاريخ.

وليس يفخر ماجدٌ بمجرد قتله لأعدائه، ولكنه يتباهى بالتضحيات التي قدمها، والتحديات التي خاضها.

ذلك الجندي المنهزم الكسير تحت أقدام عدو شرس شديد البأس، يعلوه بالسلاح، وبيده تقرير مصيره، ولسان حاله يقول :

اقض ما أنت قاضٍ ما دمت لا تستطيع أن تسلبني حريتي وكرامتي وشرفي، ولا أن تمنحني إياها !

حين يستحضر الجندي معنى الشرف والاحترام سيكون « إنساناً » في كل شأنه، وليس مجرد أداة للبطش والفتك.

أن تصنع جنوداً من جديد يدركون أن مهمتهم ليست هي التدمير، بل صناعة الحياة وإشاعتها، فذلك تحكيم المبادئ التي رسمتها الشريعة والقيم الرفيعة.

الجندية المقترنة بالخوف والرعب والانتهاك ليست هي الحامي ولا المؤهل للبقاء، بل جندية الأرواح الصامدة التي لا تقهر، والتي علاقتها الحب والاحترام وحفظ الجميل.

واحترم نظيرك!:

حكى طفلي طرفة أن ملكاً كان عنده مائة رجل ، فعطس أحدهم ، وسأل الملك : من العاطس؟ فلم يُجَبْ ، قسمهم إلى مجموعتين وسأل الأولى عن العاطس ، ولما لم يجيبوا قتلهم ، وقسم الباقين إلى مجموعتين .. حتى لم يبق منهم إلا واحداً .. فسأله: من العاطس ؟ فقال : أنا !

قال : يرحمك الله !

في المثل الإنجليزي « إبريل شاور ، ومي فْلَوَر» « الأمطار ثم الأزهار».

منطق الأسباب والنتائج الذي يعنيه المثل هو ما ترشد إليه السنة الإلهية معاني التكريم والرحمة والتواصل والأخلاق تدور حول معنى واحد،

هو «الاحترام».

احترام العقول بالكفّ عن الخداع وسوق الأضاليل والأكاذيب الدعائية على قاعدة « اكذب واكذب حتى يصدقك الناس» .

احترام العمل والكفاءة .. فليس الجدير بالوظيفة من يجيبك على سؤال «من تعرف ؟» بل من يجيبك على سؤال : «ماذا تعرف ؟» .

الشهادة والخبرة والمعرفة الميدانية هي معيار الاحترام .

احترام الوقت ، الإحساس بأهميته ، وأنه يعني الحياة ، فلا يذهب إلا في شيء مقصود ، ولو كان متعة أو ترفيهاً ، أو عملاً متواضعاً ، وما أجمل أن « لاَ يَزَالُ لِسَانُكَ رَطْبًا مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ » وأنت منهمك في أي عمل .

احترام وقت الآخرين ، يواعدك العاشرة ، وتنتظره إلى الحادية عشرة، وإن لم يأت حتى الثانية عشرة، فباستطاعتك الانصراف في الواحدة حتى لا تثير غضبه .

الفساد الإداري هو إضاعة وقت الناس الذين وضعوك في هذا العمل لخدمة الشأن العام .

الاحترام الاجتماعي : التواصل ، المناسبات ، التهاني ، التعازي ، العمل الطّوعي، « بذل الندى ، وكف الأذى».

احترام خصوصيات الآخرين، الأسرار التي يجب ألا تُشاع ، الأحوال التي يحرم كشفها والتلصص عليها، الاتصالات والإيميلات والمراسلات التي لا يجوز انتهاكها ولا تقحّمها ، وويل «للهاكرز» رسمياً كان أو شعبياً من وعيد رسول الله -صلى الله عليه وسلم- من خَطْف أبصارهم فلا يعقلون ولا يرجعون : « لَوْ أَعْلَمُ أَنَّكَ تَنْظُرُ طَعَنْتُ

بِهِ فِي عَيْنِكَ إِنَّمَا جَعَلَ اللَّهُ الإِذْنَ مِنْ أَجْلِ الْبَصَرِ » (رواه البخاري ومسلم من حديث سهل بن سعد الأنصاري).

أنت يا من تعيّر أخاك بذنب عرفته بالتجسس عليه .. جرمك عند الله أعظم منه ، هو كان مستتراً منكسراً ففضحته وهتكت ستره ، ومن تتبع عورات المسلمين تتبع الله عورته ، ومن تتبع الله عورته يفضحه ولو في قعر بيته !

الخصوصية حتى بين الأصدقاء الحميمين أو الزوجين ، تزول الحواجز والحدود والسدود ، ويبقى لكل امرئ شخصيته وأسراره وأحاسيسه التي لا يبوح بها لأقرب قريب .

احترام المسؤولية تعني القدرة على التدارك والتصحيح ، القدرة على الاعتذار حال الخطأ ، الاعتذار لا يضر ، الإصرار والتجاهل هو الذي يحرمك احترام ناسك ، القدرة على الاستقالة ، فأنت لا تستمد أهميتك من عملك ، بل من كفاءتك وقدراتك الشخصية ، وهي باقية ، وها هم رؤساء دول يتركون كراسيهم ويظلون أحياء فاعلين في دولهم ، وفي العالم كله ، قائمين على برامج ومشاريع عالمية ، مقدمين المشورة والخبرة ، أساتذة في جامعات .

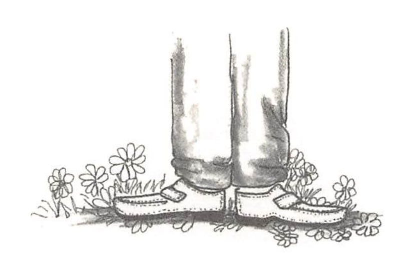
مع الجريمة والخطأ لا ينتهي الاحترام ، ينال المخطئ جزاءه ، وتُحفظ حقوقه « إِذَا زَنَتْ أَمَةُ أَحَدِكُمْ فَتَبَيَّنَ زِنَاهَا فَلْيَجْلِدْهَا الْحَدَّ وَلاَ يُثَرِّبْ عَلَيْهَا ثُمَّ إِنْ زَنَتْ فَلْيَجْلِدْهَا الْحَدَّ وَلاَ يُثَرِّبْ عَلَيْهَا ثُمَّ إِنْ زَنَتِ الثَّالِثَةَ فَتَبَيَّنَ زِنَاهَا فَلْيَبِعْهَا وَلَوْ بِحَبْلٍ مِنْ شَعَرٍ » (رواه البخاري ومسلم من حديث أبي هريرة).

لست بصدد البحث عن مسوغات لتقليل احترام الآخرين ، حتى

أولئك الذين يجهلون عليك خير ما تقابلهم به الصفح والإعراض :

حَليمٌ إِذا ما الحِلمُ زَينٌ لأَهلهُ ... مَعَ الحِلمِ في عَينِ العَدُوِّ مَهيبُ

إِذا ما تَراءاهُ الرِجالُ تَحَفَّظوا ... فَلَم تُنطَق العَوراءُ وَهوَ قَريبُ



32

بصيرة

◆

حين ناظر أبو الوليد الباجي ابنَ حزم قال الباجي:

أنا أعظم منك همّة في طلب العلم؛ لأنك طلبته وأنت معان عليه، تسهر بمشكاة الذهب، وطلبتُه وأنا أسهر على قنديل حارس السوق!

فقال ابن حزم:

هذا الكلام عليك وليس لك، لأنك طلبت العلم في تلك الحال الرثّة رجاء تبديلها بمثل حالي، وأنا طلبتُه في الحال التي تعلمُها من السّعة والغنى، فلم أرج به إلا علو القدر العلمي في الدنيا والآخرة.

وكانت حجة ابن حزم أقوى وأفلج.

يتحدث العلماء عادة عن تأثّر الإنسان بأحد شيئين:

أولهما: العامل الوراثي البيولوجي، فالجينوم يحتوى على الكثير من الأسرار والحروف التي تشكّل -بإذن الله- حدقة العين ولون البشرة، ولون الشعر والطول ومجموعة من الصفات الجسدية، كما يقرر العلماء

أن ما بين ٤٠-٥٠٪ من ذكاء الإنسان هو وراثي، ولابد أن للوراثة تأثيرًا كبيرًا في الطبائع والأخلاق والصفات كالتسامح أو الشدة أو الغضب، وكذلك مجموعة الخصائص النفسية.

قد ينزع المرء لأبيه، أو لأمه، أو يأخذ من هذه الفصيلة وتلك؛ ليصبح هو مزيجًا جديدًا مختلفًا عن والديه، ومتأثرًا بهما في الوقت ذاته {صُنْعَ اللَّهِ الَّذِي أَتْقَنَ كُلَّ شَيْءٍ} (النمل: ٨٨).

ويبقى السؤال عن الإنسان الأول قبل هذا التسلسل التاريخي لبني الإنسان...؛ هل كانت جيناته خالية من أي قرارات مسبقة فيما من شأنه أن يتغير؟

ينظر بعض الناس إلى هذه المعلومة المتعلقة بتأثير الوالدين وكأنها جبرية لازمة، وحتمية قائمة لا مخلص منها ولا مفرّ، وهو هنا يجد عذرًا عمّا يسوؤه من السمات والخصائص والعيوب!

ولسان حاله ما يقول أبو العلاء:

هَـــــذا جنـــــاه أبي عليّ وَمـــــا جنيـــتُ على أحـــــد!

وهذه قَدَريّة عمياء، تمليها الجهالة، ويسوغها العجز، وتزيّنها نظريات تسمح للإنسان بألوان من الانحراف والشذوذ تحت ذريعة الحتمية الوراثية، أو تأثير الخلايا والهرمونات.

وأوسع من ذلك نظرية فرويد الذي كانت أفكاره فيما يسمى «عقدة أوديب» والدافع الجنسي واللاوعي تُناقَش في كل مكان في منتصف القرن العشرين.

ثم آلت إلى أن تصبح «هامشًا» في دفتر المعرفة لدى الأطباء والعلماء

والمختصين، ويتبيّن أن ولع بعض المفتونين بها كان نتيجة عقدة النقص، وليس البحث العلمي النزيه.

المؤثر الثاني: هو الجانب البيئي الاجتماعي، كتأثير الأسرة والشارع والأصدقاء والمدرسة ووسائل الإعلام وقنوات الاتصال.

من المتفق عليه لدى جميع علماء النفس والاجتماع والتربية أن ثمّ تأثيرًا كبيرًا لهذه الأوعية على الإنسان، أكان تأثيرًا بخضوع الإنسان لمطالبها وإلحاحاتها وهو الأعم الأغلب، أو كان تأثيرًا عكسيًّا بردّة الفعل لدى فئة قليلة ترفض سطوة المجتمع، وتسير في خط مضاد لأسبابها الخاصة بها كنوع من التحدي والعناد.

الغريب حقًّا أن هؤلاء العلماء يعترفون بالعجز عن الفصل بين الأشياء التي هي من تأثير الوراثة، والأشياء التي هي من تأثير المجتمع، ويؤمنون بالتداخل الشديد بينها بحيث يبدو الفصل بينها نوعًا من التزييف أو ضربًا من المحال.

وحتى الجواب عن سؤال: أيها أكثر تأثيرًا: الموروث أو البيئة.. هذا غير معروف على وجه الدقة، والفلاح الجيد يختار البذور الجيدة، ويضعها في التربة الجيدة!

لا يبدي العلماء عناية جادة بمعنى ثالث، وهو تأثير الإنسان على نفسه، فالإنسان كائن واعٍ، ومنذ سني الطفولة الأولى يلتقط كلمة «أنا» ويبدأ بالإحساس بأنه شيء آخر غير والديه وغير إخوانه، بخلاف الحيوانات والطيور التي لا تعقل هذا المعنى.

تطوير هذا الوعي ليصبح قدرة على قراءة النفس، ومعرفة دوافعها فيما تفعل، ومعرفة أخطائها وعيوبها الجوهرية، والرقي بأدائها من الحسن

إلى الأحسن بعيدًا عن التعذير والخداع هو معنى عظيم.
{بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ * وَلَوْ أَلْقَى مَعَاذِيرَهُ} (القيامة: ١٤- ١٥).
قال سعيد بن جبير: «شاهد على نفسه ولو اعتذر».
حتى معرفة العيوب الموروثة من الوالدين أو الأسرة، أو العيوب المتكونة بسبب التربية وتأثير المدرسة أو الأصدقاء أو ظروف الطفولة.
هل هذا من تأثير التربية؟
نعم! رُبّ تربية يكون من حسناتها حفز الإنسان على أن يعرف ذاته، وأن ينشغل بها ويصنع الأحافير، ويكتشف الكهوف والمغارات والسراديب في أطوائها، ويعمل بجد وصبر ودأب على ترميمها وإصلاحها أو تحجيم نفوذها وتأثيرها على شخصيته وحياته.
الفارق هو بين من يلتقط هذه الفكرة (فكرة عالج نفسك بنفسك)، وقد يجدها عند والده أو مُدرّسه أو زميله، أو يقرؤها في كتاب، أو يسمعها في برنامج، ثم يعمل على تحويلها إلى عادة سلوكية يمارسها بانتظام، ليس في التصرفات العملية فحسب، بل وفي الإحساسات العاطفية والتي يمليها القلب، والأحكام العلمية التي يقررها العقل.
فالقلب والمخ هي أعضاء يستطيع المرء أن يتحكم فيها بدرجة ما، وهو مسؤول عنها.
وحين يمارسها بانتظام فهذا يعني أن تتحول مع الوقت والمداومة واليقظة إلى مؤثر أكبر في شخصيته.
ستدين له نفسه وتستسلم في أشياء، وستظل جيوب مقاومة ورفض في أشياء، وسيعجز عن معالجة نمطٍ مستعصٍ من العيوب، فالأشياء التي لا يحبها في نفسه عليه أن يغيرها، وحين يعجز عن تغييرها فعليه أن

يحاول، وحين يعجز عن المحاولة عليه أن يتكيف معها.

حين يتحقق لك نجاح عليك أن تقرأ على ملامحه بصمات كثيرة شاركتك في صناعته، والدك، زوجتك، أصدقاؤك، رئيسك، القريب الذي تبنّى المشروع ودعمه.. إلى آخر القائمة التي تتسع وتطول أو تقصر، حسب طبيعتك النفسية، وحسب قدرتك على التجرد من الأنانية وحظ النفس، لتمنح الآخرين دورهم وتثني على إنجازهم.

وفي سياق الذم ذكر الله تعالى قول قارون: {إِنَّمَا أُوتِيتُهُ عَلَى عِلْمٍ عِنْدِي} (القصص: ٧٨)، حتى خصومك ساعدوك على النجاح من حيث لم تتوقع.

عِداتي لَهُم فَضلٌ عَلَيَّ وَمِنَّةٌ   فَلا أَبعَدَ الرَحمنُ عَنّي الأَعاديا

هُمُ بَحَثوا عَن زَلَّتي فَاجتَنَبتُها   وَهُم نافَسوني فَاكتَسَبت المَعاليا

هل من العدل أن ينسب الإنسان النجاح لنفسه ومواهبه وسهره، ليثبت الفشل لمجتمعه وبيئته حين يتحدث عن العقبات التي واجهها في بداية حياته.

فرق ما بين الواعي والمتخلف، أن الواعي يدرك أن النجاح ليس صفة لازمة للإنسان، والذي نجح في حفر قناة السويس فشل في حفر قناة بنما، والنجاح يكون حتى في التعامل مع الفشل.. فهنا لدينا القدرة على التعبير بـ «الفشل الناجح» أي: الذي يمنح المرء دروسًا وخبرة، ويزيده صبرًا وإصرارًا، ويكشف له جوانب خلل في ذاته، ليعيد المحاولة ويحقق الهدف.

والنجاح ليس سمة حتمية دائمة، وإنما هو نتيجة؛ ولذا فعلى المرء أن يكون قادرًا على استيعاب الفشل والإخفاق كقدرته على استيعاب النجاح.

وربما كان الفشل سببًا إلى النجاح، أو كان النجاح سببًا إلى الفشل.

يقظة الفرد عامل جوهري في النجاح، نجاح العلاقة الزوجية، أو الصداقة، أو المشروع التجاري أو الثقافي، أو النهضوي، وهذا إيمان بالفرد القادر على التغيير {لا تُكَلَّفُ إِلَّا نَفْسَكَ} (النساء: ٨٤).

والمجتمع والبيئة هي الحاضن لهذا النجاح، ومن صميمها وجد الدفع والتحفيز، أكان إيجابيًّا بصناعة المناخات الداعمة للإبداع والتألق والبحث والتطوير، أو حتى سلبيًّا بصناعة التحدي الذي يستفز كوامن الإبداع ويحركها.

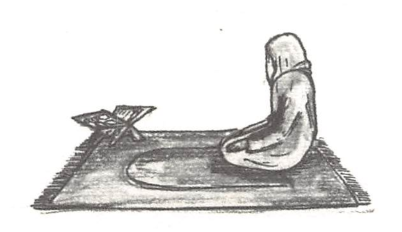
ليس من العدل أن تتحدث عن البيئة بلغة الازدراء والتنقص أو التسفيه المطلق، أو الأحكام التعميمية «الناس منافقون، أغبياء، جهلة، ماديون.. إلخ».

أو أن تردد مع (الحريري) قوله:

لا تغترر ببني الزمانِ ولا تقلْ	عند الشدائد: لي أخ ونديمُ
جربتُهم فإذا المعاقر عاقر	والآل آل والحميم حميمُ!

الآل: تعني الأهل، وتعني السراب.

والحميم: تعني القريب شديد القرابة، وتعني الماء شديد الحرارة.



33

ثمن الحرية

اشترى صغيري طيورًا في قفص، وظل يضع لها الحَب والماء، ويعتني بها، نسي ذات مرة أن يغلق الباب، فوجد الطيور قد تركت القفص والحَب والماء، وخرجت تستنشق عبير الحرية، وكأنها تقول له: إن الحرية عندها أغلى من الحياة!

التحرر النفسي من سطوة المعاني السلبية في أطواء النفس، ومن سطوة المؤثرات والضغوط الخارجية التي تعمل على تغييب الإنسان عن ذاته.

من ادّعى أنه يتمتع بكامل حريته فهو واهم، فثم أسوار وقيود مرئية وغير مرئية، تكبل حركة الإنسان باختياره حينًا، وبغير اختياره أحيانًا، ثم من الناس من يدركها ويتعامل معها بيقظة ووعي، وثم من يغفل عنها أو يتغافل!

الحرية شيء نسبي، والفارق الجوهري هو بين الساعين لتحصيلها وتحقيقها، بحيث يعبرون عن أنفسهم في مواقفهم وكلماتهم وآرائهم،

وليس عن الآخرين، وبين من يؤدون دورًا رسم لهم، أو يسلكون طريقًا وجدوه أمامهم، دون أن يكلفوا أنفسهم عناء السؤال: هل هو المتحدث، أم إن روحًا أخرى تلبسته، وهو يتحدث على لسانها، أو هي تتحدث على لسانه!

في الناس من يعشق القيود ويستسلم لها، بل ويغني لها، ولا تعجز لغته الغنية عن تقبيح الحسن وتحسين القبيح.

قيود العلاقات، والقرابات، والصداقات، والمصالح، والذكريات، والآمال والتطلعات، والمال، والوظيفة، والسلطة، والحاجة..

هي دوائر تحيط بالمرء في حياته، وتضيق نطاق حركته، وتفرض عليه مزيدًا من المراعاة والمواربة.

الذين يتحررون من هذه الضغوط تمامًا هم أولئك الذين رحلوا عن هذه الدار، أما الأحياء فمستقل ومستكثر!

وجد نفسه خسر الكثير من العلاقات فوقه وتحته، وخسر الكثير من الفرص الثمينة وهو راض عن هذه الخسارة في نهاية المطاف، لأنه يرى نفسه قد كسب في مقابلها الشيء الكثير، كسب مساحات أوسع من نفسه!

لا يدعي أنه كسب نفسه حقًّا، بل وسع دائرة المنطقة المحررة من نفسه، والتي صبر فيها على مطاردة فلول الأصدقاء والمحبين والداعمين والمشجعين، وظل يمشطها مرة بعد أخرى ليتمكن من سماع صوت نفسه!

تعوَّد أن يتجرع بعض المرارات، وأن يتوقع المفاجآت، وأن يتعامل بروح رياضية مع خيبات الأمل، من المؤكد أن النفس بطبعها تكره

مثل هذه المعاني، ولكنه تطبَّع معها، فذلك أرحم من أن يفقد صلته بنفسه وتعبيره عنها.

لدى المرء العاقل قدر من «الحكمة» تعني الحصافة والمجاملة المعتدلة وحسن التعامل ولطف القول وحسن الإعراض، وقدر آخر يتعلق برؤية الصواب في أقوال الناس وأفعالهم؛ ليلتقطه ويبني عليه ويثني عليه ويكمل صوابيته، دون أن يتجاهل اختلافه مع بعض جوانبه.

ليست الحرية هي التبجح، أو تعمّد مناقضة الآخرين، واحتراف المعارضة لمجرد المخالفة لفرد أو جهة أو تيار أو شيء مألوف لأنه مألوف، أو شيء جديد لأنه جديد، أو حكومة لأنها حكومة!

ولا هي البحث عن مواطن الزلل والخطل ومحاصرة الناس بها، وكأنه ظفر بكنز ثمين!

بيد أن التجربة تعطي أن كثيرًا من البشر لا يتوقف الأمر عندهم على موقف واحد أو مواقف عدة، هم يريدونك كلك بغير استثناء، ويريدونك دائمًا وأبدًا بغير توقيت!

قيد الزوجية، وقيد العمل، وقيد المدرسة العلمية أو الفكرية أو الدعوية، وقيد المجتمع، وقيد التيارات المتخالفة، وقيد السلطة، وقيد الأتباع، وقيد الجمهور، وقيد الشركاء..

ومن دونها قيود النفس من داخلها، وما أكثرها، وما أشق الخلاص منها، وأصعب اكتشافها، {وَمَنْ يُوقَ شُحَّ نَفْسِهِ فَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ} (الحشر: ٩).

يبدو أن أكثر الناس تبجحًا بالحرية هم أقل الناس حظًّا منها، وقد قال أحمد بن داود: دخلت على الإمام أحمد بن حنبل في الحبس قبل الضرب، فقلت له في بعض كلامي: يا أبا عبد الله عليك عيال! ولك صبيان.

وأنت معذور، كأني أسهل عليه الإجابة؛ فقال لي: إن كان هذا عقلك يا أبا سعيد فقد استرحت (طبقات الحنابلة).

في كتاب العبودية لابن تيمية يقول «الرّق والعبودية في الحقيقة هو رق القلب وعبوديته، فما استرّق القلب واستعبده فهو عبده. ولهذا يقال:

العبدُ حرّ ما قنعْ والحرّ عبدٌ ما طمعْ

وقال القائل:

أطعتُ مطامِعي فَاسْتعبدَتني ولو أَني قَنعت لكنت حرًّا

ويقال: الطمع غل في العنق قيد في الرجل، فإذا زال الغل من العنق زال القيد من الرجل».

القناعة حتى في برامجنا ومشاريعنا، والاعتدال حتى في طموحاتنا وتطلعاتنا، فذلك يحفظ قدرًا من الحرية الذاتية التي نعيش بها، ويصبح لحياتنا معنى.

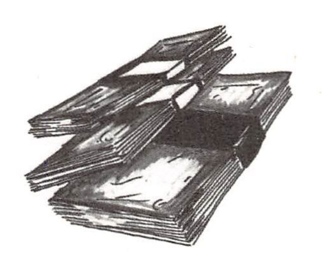
من دون العلاقة مع الآخرين وإحكامها مع من فوقنا ومن تحتنا ومن يساوينا لن يتحقق إنجاز، ولن يكون نجاح.

فلا علاقة مع الآخرين بغير تواصل وتفاهم وحوار وأخذ وعطاء وأخلاق وإغضاء.

وبهذا ستحصل على قدر من النجاح والتميز يفوق ما تحلم به.

وهذا سيضعك في مواقف ومنعطفات ومحكات اختبار.. هل تمضي طلبًا للمزيد دون شروط ولو قدمت نفسك قربانًا، أو تحفظ ما اختصك الله به وتعبدك من المسؤولية الذاتية والرؤية الخاصة، وإن فوّت ذلك عليك بعض ما تأمل وترجو.

الحديث هنا ليس عن موقف خاصّ يخطئ المرء فيه أو يصيب، والخطأ ذاته صواب إذا تعلمنا منه، بل هي مسيرة الحياة الممتدة، وحصيلة التجربة والملاحظة التي يرصدها المرء طويلًا ليتحقق من صوابيتها، ثم يحاول الإمساك بها رسمًا وتدوينًا دون أن يكون ثم جديد في عالمه الخاص!





34

هدوء البحر

◆

ربما يتظاهر المرء بالهدوء وفي أعماقه براكين من الانفعالات والغضب الذي يوشك أن ينفجر.

حين يتعرّض الإنسان لشيء من الإثارة ثم يحافظ على هدوئه فهو يتصف بالسيطرة على النفس «يملك نفسه عند الغضب».

أن يكون تعبيره عن انفعالاته ومشاعره متوازنًا معتدلًا، في حالة الرضا والغضب، والحب والبغض، والعداوة والصداقة هنا يكون محمودًا على لسان النبيين «كلمة الحق في الغضب والرضا».

الهدوء الروحاني ليس استعلاء على الآخرين ولا فوقية، ولا استئثارًا بالخلق الأسمى، وإنما هو سلوك يستلهم منه الآخرون مواقفهم، ويشجعهم على الاستجابة.

هدوء الكلمة واللغة، وهدوء القلب، وهدوء الملامح والقسمات والجسد.

ليست الصلاة وحدها ولا الصيام أو الحج، بل الحياة كلها هي «معبد» يربي المسلم على الانضباط حتى مع النفس، وفي الحديث عن أبي هريرة رضي الله عنه، قال: قال رجلٌ: يَا رسولَ الله، إن فلانةَ، يذكر من كثرة صلاتها، وصيامها، وصدقتها، غيرَ أنها تؤذي جيرانها بلسانها، قال: «هي في النار»! (أخرجه أحمد، وابن حبان، والحاكم).

الانضباط مع النفس يعني ألا يستجيب المرء لمقتضى الموقف بعفوية متسرعة دون أن يطور أداءه مع الوقت، ويستفيد من تجاربه وتجارب الآخرين.

من السنة أن تمر بالمرء حالات اندفاع وحالات ضعف «فإن لكلِّ عابد شِرَةً، ولكلِّ شِرَةٍ فَتْرَةً..». (أخرجه أحمد، والترمذي).

وقد يشعر بالحرج من أتباع أرادوا من هذا التكوين الحياتي أكثر مما يجب وأكثر مما يمكن..

الحب نفسه قد يبدأ ثورة ثم يتعقلن إذا تم الزواج، وقد يضعف أو يتراجع أو يموت إذا لم يكن مبنيًّا على أساس صحيح، أو إذا أصبح أنانية واستحواذًا ومطاليب.

الهدوء يكمن في جزء من الثانية ما بين المثير الذي صنع الاستفزاز وما بين الاستجابة وردة الفعل، ويا لحكمة المصطفى صلى الله عليه وسلم حين قال: «الصبرُ عند الصَّدمة الأولى». (أخرجه البخاري، ومسلم).

حين تتعامل مع أي استفزاز على أنه «كمرة خفية» وضعت لتسجل نوع استجابتك، ثم تعرضها عليك وعلى الجمهور، هنا ستكون أكثر إحكامًا للنفس وسيطرةً عليها، ومعنى هذا أن أي إنسان يدري أن السكينة والسيطرة على النفس هي فضيلة إنسانية ونبل كبير، وأن

الطيش والانفعال السريع غير المدروس مثلبة ونقص.

حين يمر المرء بتجارب الحياة سيدرك أن من السهل أن يقول، ومن الصعب أن يعمل ويمتثل..

سيكون مدافعًا بحرارة عن موقف انفعالي مر به، لأنه لا يجدر به أن يستسلم أو يفوّت الأمر!

والقصة ببساطة أنه قد غسل يده من المحاولة، وقرر أن يسوغ الطبع الذي هو عليه.

الذين حصلوا على قدر من الهدوء لم يدركوه خلال فترة يسيرة، ولكن عبر تراكم ممتد من المحاولات والفشل والخجل والتردد والإحباط، ومع كل المعوقات قرروا ألا تسقط الراية من أيديهم، وأن يكرروا المحاولة تلو الأخرى، وألجموا أنفسهم عن البغي والعدوان والظلم متذكرين وصمة النفاق لمن «إِذَا خَاصَمَ فَجَرَ».

فهنا مواطن التقوى الصادقة، وامتحان النفوس، وحين عبر الله تعالى بقوله: {أُولَئِكَ الَّذِينَ امْتَحَنَ اللَّهُ قُلُوبَهُمْ لِلتَّقْوَى} (الحجرات: ٣)، كان ذلك في سورة الحجرات التي اشتملت على النهي عن رفع الأصوات فوق صوت النبي، والنهي عن ترديد الشائعات، وعن الوقوع في الأعراض، وعن التعيير والتحقير، وعن السخرية، وعن سوء الظن، وعن الاختلاف والتقاتل، وعن العنصرية والانتساب.

وختمت بالآية الكريمة: {قُلْ لَمْ تُؤْمِنُوا وَلَكِنْ قُولُوا أَسْلَمْنَا} (الحجرات: ١٤)، فالإيمان الحق هو ممارسة أخلاقية على أعلى المستويات، وانضباط في الحقوق والعلاقات.

حين يقولون إن القائد الهادئ هو الذي يتعامل مع الفجائع والنكبات

على أنها أشياء عادية، فهذا لا يعني أنه غير مبالٍ، كلا، وإنما هو يحتفظ بقدر كافٍ من الهدوء يمكنه من التفكير والبحث واختيار الحلول بعيدًا عن أن يقع في أحبولة الخصم.

وحين نتحدث عن الهدوء.. فليس معناه أن نلغي الطبيعة الشخصية، ولا نطمس العنوانات الأخرى والمواقف المناقضة.

كل ما هنالك أن يقال: أضف إلى العناوين الجميلة الموجودة لديك عنوانًا اسمه «السكينة»، تحاول استحضاره كلما ألمت بك مشكلة أو دهمتك نازلة، أو واجهت موقفًا مستفزًا أو مثيرًا، تذكر فورًا أن هذا الموقف «مصمم» خصيصًا لاختبار صبرك وقدرتك على الانضباط، نعم إنه «القدر المقدور».

لا تسمح للاحتمالات المخيفة أن تنغص عيشك، وهي غالبًا لا تقع. علميًّا ثبت أن (٩٠٪) مما يخافه الناس لا يقع، وكان الشاعر العربي يقول:

فقلـــــت لقلبي إن نزا بك نزوةٌ — من الهمِّ؛ أقصِر، أكثر الهول باطلهْ

كانت عجوز في لندن شديدة التفاؤل، وقد كتبت لوحة بخط جميل «لا تقلق، فلن يحدث»، وعلقتها في منزلها، يلاحظ جيرانها أنها امرأة هادئة وصبورة، وكثيرًا ما تعطيهم دروسًا في التعايش مع ظروف الحياة.

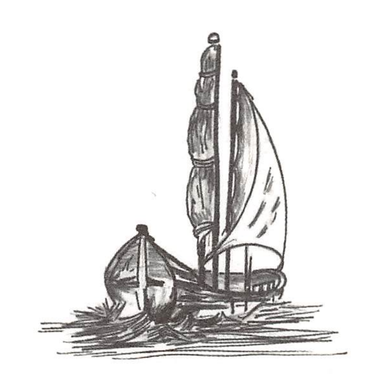
أثناء الحرب العالمية سقطت قنبلة قريبًا من منزلها، وهدمت جزءًا من البيت، وتكسر البلاط، وسقطت الأدراج والدواليب والأواني، وهرع الناس إلى المنزل لإسعافها، وفوجئوا بها تحمل مكنسة، وتعيد ترتيب الأشياء، ورفع أحدهم رأسه، فوجد اللوحة المعلقة لا زالت «لا تقلق،

فلن يحدث»، قال لها: يا عمة ماذا نفعتك هذه اللوحة، وأنتِ ترين الوضع بهذه الصورة؟ رفعت العجوز رأسها وردت:

- أووه يا الله! لقد نسيت.

قامت العجوز بقلب اللوحة، وإذا مكتوب في الوجه الآخر «اطمئن فسوف نعيده!».

من المؤكد أن الطبع يغلب التطبع، فإذا كان طبعك يساعد على الهدوء فأنت جبلت على ما يحبه الله ورسوله، وإن كانت الأخرى فـ «إنما العلم بالتعلُّم، والحلم بالتحلُّم، والصبر بالتصبُّر..». كما قال أبو الدرداء رضي الله عنه.





35

قصتي مع السعادة!

- كيف الحال؟

- بخير وعلى أحسن حال.

هل هذا صحيح؟ هل هو سعيد أم يمثل السعادة؟ على طريقة:

وتجلدي للشامتين أريهم أني لريب الدهر لا أتضعضع!

لا أريد أن أثير شفقة أحد.

ليس هناك من شيء جيد أو سيئ، إنما هو التفكير والانطباع الشخصي الذي يجعلها هكذا (شكسبير).

البرد والريح والمطر والظروف ليست فظيعة ولا سيئة، فالبحار الجيد يعرف كيف يوظف اتجاه الريح أيًّا كان.

ردة فعلك الداخلية هي التي تضفي على الأشياء والظروف صورتها المحددة.

لغتك المعبرة هي التي تصنع برنامجك الداخلي، ذلك البرنامج الذي

يظل يحكمك طيلة الحياة.

لم يكن الدَّرس الشرعي الذي تلقيته يُساعد على قراءة نفسيات الناس، أو التعرف على أمزجتهم وطباعهم.

لكني منذ الطفولة كنت حَفِيًا بالتساؤل عن مدى سعادة الناس الذين حولي، أو تعاستهم واستقرارهم، أو اضطرابهم من الناحية النفسية.

حين كبرت وقرأت «علم النفس» أحسست أنه علم مألوف لديَّ ومحبوب؛ خلافًا لزملائي الذين كانوا ينعتونه بـ«علم النحس»، ويجدونه نشازًا بين العلوم الأخرى التي يدرسونها.

مابين قراءة الكتب المتخصصة، وقراءة السّحنات، والوجوه، والتصرفات.. صرت أكثر قدرة على فهم ذاتي، وعلى ما يتصوره الآخرون عني، أو يتوقعونه مني.

لو كنت متفرغًا لشيء غير ما أنا بصدده لكنت مستشارًا يساعد الآخرين على تجاوز همومهم، وآلامهم، ومعاناتهم، ويشجع الأزواج والأصدقاء على تجاوز صعوبات الاتصال، والانتقال إلى حياة أفضل وأجمل.

«تغريداتي، وتدويناتي» هي انعكاس لحالة نفسية متسمة بالبهجة من الحاضر، والرضا عن الماضي، والتطلُّع إلى مستقبل أفضل وأكمل.

«تغريداتي» تعامل واقعي وليس مثاليًّا مع النجاح والفشل، والقوة والضَّعْف، والخطأ والصواب، والطاعة والمعصية، وكل الثنائيات التي تحفل بها حياة البشر.

كل ذلك عشته وعانيته، وكنت فيه الذي يفرح ويحزن، ويغضب ويرضى، ويعجل ويتأنَّى، ويخطئ ويصيب، ويصر ويعاند حينًا، ويرجع ويصحح حينًا آخر، ويتصرَّف في حال بأسلوب، فإذا ذهب

الحدث وعادت النفس إلى هدوئها استحى من نفسه وممن شاهده على تلك الحال، وقد يجد الشجاعة فيعتذر من خطأ، وتنقصه الشجاعة فيتهرَّب من خطأ أصغر منه أو أكبر.

الحياة إذًا لونان، بل ألوان شتى، وكما قال عبد العزيز بن زرارة الكلابي:

قد عشت في الدهر أطوارًا على طُرُقٍ   شتّى فصادفتُ منهُ اللين والفظَعا

كُلًا لبستُ فلا النعماء تُبطِرُني   ولا تخشعتُ من لأوائها جزعا

لا يَملأُ الهولُ قلبي قبل موقعه   ولا أضيقُ به صدرًا إذا وقعا

النصيحة التي أقدمها هي تلك التجربة التي عشتها.

أنصح بشيء لأني جرَّبته وانتفعت به، وأنهى عن غيره لأني عشته وأدركت خطئي فيه.

وقد ألحظ هذا في الناس الذين أعايشهم، وأحاول أن أغوص على أعماقهم ومشاعرهم، وأحلل مشكلاتهم، وأدرس نفسياتهم.

لمحة الوجه صارت تساعدني على سبر أغوار صاحبي، وتلمّس مدى الطمأنينة التي يجدها، أو القلق الذي يساوره.

ولسانه يُصَدِّق ذلك أو يُكَذِّبه.

صرت أمتلك الجرأة لأقول قولًا لم أقرأه في كتاب، وإن كنت متأكدًا أنه مسطَّر في الكثير من الكتب.

ذلك القول هو: «أن السعادة لغة».

السعادة لغة:

اللغة التي تتحدثها تبين عن مدى سعادتك، وأكثر من ذلك فاللغة

التي تتحدثها تصنع سعادتك أو تصنع نقيضها.

بينما كنت أُفكِّر في هذا سمعت القارئ يتلو قوله تعالى: {أَلَمْ نَجْعَلْ لَهُ عَيْنَيْنِ * وَلِسَانًا وَشَفَتَيْنِ * وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ} (البلد: ٨-١٠).

العين تنظر، والأذن تسمع، واللسان هو المُعبِّر، وبناءً عليه يكون النجد الذي تختاره خيرًا أو شرًا.

أفعال الآخرين هي في مرمى بصرك أو سمعك، وليست هي مصدر سعادتك أو شقائك، بل رد فعلك واستجابتك التي يعبر عنها لسانك؛ هي سر الحالة النفسية التي تعيشها.

لم أرَ في حياتي إنسانًا ناجحًا يجتر الكلمات السلبية، ويتوقع الإخفاق.

ولم أرَ فاشلًا يمتلك لغة جميلة ويتوقع الخير.

لا يعتريني شك أن لو غيَّر المتشائم لغته، وأصرَّ على كلمات إيجابية، ولو على سبيل التكلُّف والتصنُّع، فسوف يجد- لا محالة- فرقًا كبيرًا في مزاجه ونفسيته، وفي حياته ونجاحاته.

ستكون روحه أكثر سموًا، وعقله أشد إشراقًا؛ سيمتلك قابلية للنجاح، وتعاملًا رياضيًا مع الإخفاق، وثقة بالنفس، وأريحية في التعامل مع الآخرين.

لن يتم هذا بين يوم وليلة، ولكنه ممكن ومقدور عليه، ولم يخلق الله خلقًا إلا وهو قابل للتعاطي مع السعادة، ومع الخير، ومع النجاح.. وهو حين يحصل على هذا لا يأخذ نصيب غيره، بل يأخذ حظّه من كرم الجواد الوهاب.

بعيدًا عن الجدل العقيم؛ قل خيرًا، وتفاءل بالخير، وتوقّع الخير، ولا تسترسل وراء أوهام الفشل والخوف.

قبل أن تذهب إلى عيادة نفسية كلما قال لك صديق أحسَّ بأنك متضايق، ردِّد: أنا سعيد ومسرور؛ لتصبح سعيدًا ومسرورًا فعلًا متى غدت هذه عادتك.

لا تحاصر نفسك بالأحكام السلبية: أنا فاشل، غبي، ضعيف الإرادة، مكروه، الأبواب مغلقة في وجهي، أعيش بلا هدف.

عوِّد لسانك على القول الكريم الطيب السديد المعروف الميسور.. وهذي بعض أوصاف القول في كتاب الله.

وعوِّد من حولك ألا يسمعوا منك إلا كلمات الأمل، والتفاؤل، والرضا، والحب.

أول تحدٍّ في تغيير لغتك مع الأقربين؛ الذين اعتادوا طريقة لن يصدقوا أنك غيَّرتها بسهولة، ستندهش زوجتك لكلمة حلوة، وسيضحك أحد صغارك، ويفغر الآخر فاه متسائلًا، وستكون في وضع لا تُحسد عليه.

إنها البداية فلا تقلق، ومن ورائها فرحة طويلة لك، ولها، ولهم، ولآخرين من دونهم لا تعلمهم الله يعلمهم!

اعتقد في باطنك أنك مؤهل للسعادة والنجاح، وتملك الطاقة والقدرة والإبداع.

في دعواتك وتضرعك وابتهالك تذكَّر دائمًا أنك تعزز قدراتك، وتربي نفسك على الثقة بالمستقبل، وقوة العزيمة، وحسن الظن بالله، وتُلهب خيالك لتصور الشيء الذي تتمناه، وتسهيل الوصول إليه.

حتى مع حدوث الانتكاسة لا تيأس، قل: سأعيد المحاولة، وسأنتصر.. نعم؛ سأنتصر لأني على الحق، لأني أستمد إيماني بالصبر من إيماني بالله الذي لا يخيب آمله، ولا يرد سائله.

السعادة تفاريق!:

سافرت يومًا بصحبة صغاري سفرًا خاصًّا للاستجمام، ومنح الصغار بعض حقهم، ومنح النفس بعض حقها فيهم، فنحن نحتاجهم كما يحتاجوننا أو أكثر، ووجدت نفسي مضطرًا مرة أن أقوم بإعداد الشاي أو الحليب، وأخرى تنظيف الطاولة، أو توزيع الحلوى، أو صناعة الساندويتش، وكانت فرصة جميلة لاقتطاف بعض ثمرات السعادة بممارسة الحياة العادية والاستمتاع بعفويتها.

أدركت أننا نتحدث عن السعادة كثيرًا، وأن ثَمّ عشرات، بل مئات الكتب تتناول السعادة من منظور فلسفي نظري، في تحديدها، وكشف علاقتها بالمتعة أو اللذة، أو الوجدان..

وأن ثمة جدلًا حول ماهيتها ومصدرها، أهي الصحة أم الحب أم المال أم الوظيفة أم الزواج أم النجاح....؟

وقد يغيب عنّا أن السعادة هي إحساس داخلي بالفرح، نبرمج عليه نفوسنا، ونلتقط خيوطه من كل مناسبة مهما كانت صغيرة، وكأن السعادة هي «عادة» الاستمتاع بالأشياء؛ متعةً تتجاوب معها كل مكونات الإنسان، النفسية والعقلية والجسدية، أو جلّها، حتى التوافه من الأشياء التي نتعالى عنها أحيانًا لأننا كبار، كبار القدر أو السن أو الاهتمام، علينا أن نعيد النظر في موقفنا منها، وأن نقبل الاستمتاع بها مهما كانت صغيرة.

كن طفلًا يستمتع بكأس شاي يشربه، أو إصبع شوكولاتة يتذوقه، أو وجبة يتعاطاها بسرور منفردًا مع نفسه، أو مع من يحب.

كن طفلًا يتطلع للسفر، ويحلم بالأشياء الجميلة، ويضحك للنكتة دون

أن يدقق فيها إن كانت تستحق أو لا تستحق، ويتذكر أنه سينام فَيُسرّ لهذه المنحة الربّانية التي ستدخله في سبات يستعيد به حيويته وتوازن قواه، أو يرى فيه أطياف من أحبهم:

وَإِنّي لَأَستَلقِي وَما بِيَ نَعسَةٌ لَعَلَّ خَيالًا مِنكِ يَلقى خَيالِيا

تذكر أن أمامك عملًا جيدًا ستنجزه، وأن نجاحًا صغيرًا ينتظرك؛ إنه كتاب تقرؤه، أو مقال تعده، أو دورة تحضرها، أو مناسبة تشارك فيها.

حاول أن تقرأ الجمال في وردة تتفتح، أو بساط أخضر من الزرع يمتد أمام ناظريك، أو ماء ينساب في جدوله، أو عصفور يغرد، أو طفل يلهو ببراءة فيخطئ ويصيب.

نحن نشكّل بثقلنا ورسميتنا وعدم فهمنا لأنفسنا أكبر عائق يحول دون سعادتنا، وليس عدونا هو من يصنع ذلك!

احذر أن تبحث عن «ما وراء الأشياء»، رائحة العطر، لذة الطعام، الشراب، جمال الأشياء، المتعة.. إذا أطلت التفكير فيها خف جمالها، وقل وزنها.. خذها كما هي بسذاجة وعفوية، وهذا يكفي.

سنكون أكثر سعادة حين نكون أكثر براءة وعفوية في التعبير عن مشاعرنا، لأنفسنا، ولمن حولنا، ولمن نعرف، ولمن لا نعرف:

التعبير عن المشاعر ليس بوحًا بأسرار نووية!

سنكون أكثر سعادة حين نتخلى عن كبريائنا وتعاظمنا، ونتواضع ونستمع إلى حديث النفس، واحتجاجها على تجاهلنا لضرورتها ومتطلباتها!

سنكون أكثر سعادة حين نلقي الأحلام المثالية المتعالية عن الواقع في

خططنا المستقبلية، ونأخذ موقعنا الطبيعي في الحياة دون احتقار أو ازدراء للنفس، ودون نفخ أو تضخيم بعضها حيث لا تستحق.
سنكون أكثر سعادة حين ندقق في اللحظة التي نعيش فنقرأ فيها مليارات النعم، هل قلت مليارات؟ كلا!! بل ترليونات..
ترليونات الخلايا العاملة في أجسادنا، ومثلها في الهواء والماء والبر والبحر والجو، فضلًا عن المشاعر والأحاسيس التي لا تدخل في عالم المادة؛ الإيمان مثلًا، الحب، الذوق، اللغة، الحنين، الإعجاب، الأمل...
ربما نكون أكثر سعادة حين ندرك أن السعادة ليست طردًا يأتينا بالبريد من حيث نريد أو لا نريد، ولا شهادة أو مستوى نحصل عليه، إنها إحساس اللحظة الآنية إذا أحسنّا استثمارها، وقررنا أن نجعلها سعيدة، وأن نطارد أشباح الحزن والهم والغم والخوف والكره والحقد والبغضاء والحسد، والقائمة الطويلة من المشاعر السلبية التي تغتال فرحتنا.
ونكون أكثر سعادة عندما نقرر بالإرادة أن نكون أكثر سعادة.

إرادتك هي السبب:

كان «ويليام جيمس» أحد أعظم علماء النفس الأمريكيين، جالسًا في مطعم مع صديق يتحدثان، وفي الحال رأى في الخارج جنديًّا يحمل أطباقًا من البيض بين يديه، صرخ جيمس من الداخل على الجندي قائلًا «استعداد!» فوقف الجندي في وضعية الاستعداد، فأوقع أطباق البيض، وامتلأ الشارع كله بالبيض المكسور، كان الجندي غاضبًا جدًّا وقال: مَن هذا الأحمق الذي قال لي: استعداد؟
لكن وليام جيمس قال: نحن أحرار فيما نقول من كلمات، نحن لم نقل

لك نفذها!

فقال الجندي: مع أني تسرحت منذ عشرين عامًا، وقد ولى زمن التدريب فإنني حتى لو كنت نائمًا بعمق ليلًا وصرخ أحدهم استعداد فإني سأقفز مستعدًا!

قال لي صاحبي، وقد قرأ رسالة من فتى حديث السن، يتقد حماسًا وغيرة، يهاجم فيها رأيًا لي لم يرق له، ويستخدم مفردات حادة، وتعبيرات قوية.

كيف تعيش حياتك وتهنأ بنومك وأنت تقرأ مثل هذه الرسالة وربما غيرها؟

ابتسمت وأنا أقول لصاحبي.. ليس ثمّ ما يدعو إلى الجزع من شخص يختلف معك، ويعبر عن اختلافه بطريقة تناسبه، وهو يتحمل هو تبعتها.. كما قال أحدهم:

لأسبنك سبًا يدخل معك قبرك؟

قال له: بل يدخل معك أنت!

ربما المشكلة هي في استخدامه لغة دينية، لأن دافعه فيما يظن هو ديني، فالغيرة والصفاء والصدق والإخلاص هو ما يحس به تجاه ذاته.

والشك والحيرة أو سوء الظن هو ما يحس به تجاه من يختلف معه.

أن يكون يريد تحطيمك وتدميرك على الأقل معنويًّا باسم الله!

قلت لصاحبي.. أعظم ما تواجه به مثل هذا الموقف هو الانكسار بين يدي الله، والسجود والتذلل لوجهه، مع استحضار قربه وعظمته، واستذكار علمه بالدوافع والنوايا وخطرات القلوب، وما تخفي الصدور.

هو الله الذي تعبده دون وسيط، وتتضرع إليه أن يأخذ بيدك إلى الحق والخير والعدل في المضايق والمشتبهات، وتحاول أن تتجرد من مقاصد الشر والإثم والبغي والأذى، ونيات السوء وظنون السوء، وأن تعترف بنقصك وجهلك وظلمك وخطئك وعجلتك، وتضع بين يديه عجرك وبجرك، وخيرك وشرك، وتناديه بأن يحميك من نفسك أولًا، ثم من شر الآخرين وضرهم وأذاهم.

وإذ قدر ألا أحد من خلقه يسلم من أذى الخلق فالضراعة إليه أن يمنحك القدرة على الاحتمال والصبر والانضباط، فلا تخطئ في حقهم، ولا تظلم أو تبغي، ولا تصر على خطأ بان لك فيه وجه الحق، ولا تتزحزح عن صواب أنت مؤمن به في دخيلتك، فالله الذي باسمه يتوعدك هذا الفتى، هو الله الذي تؤمن به، وتستغيث وتستنجد، إياه تعبد، وله تصلي وتسجد، وإليه تسعى وتحفد.

يا صديقي.. لا أحد من الخلق يستطيع أن يغضبك أو يحزنك دون إرادتك!

ما تحس به في داخلك من مشاعر سلبية ليس بسبب ما يحدث حولك، ولا برسالة منتقصة، أو ازدراء عابر، أو ظن سوء من بعيد، أو جفاء من قريب.. كلا.

ما يحدث في داخلك هو بسبب تحليلك أنت للأمور من حولك.

وعندما تغيّر طريقة نظرك للأحداث ستتغير مشاعرك، وتهدأ انفعالاتك حتى بالنسبة للحدث ذاته.

وَمـا الخَوفُ إِلّا ما تَخَـوَّفَهُ الفَتـى وَلا الأَمـنُ إِلّا مـا رَآهُ الفَتـى أَمنا

كنت ذات مرة أداري سؤالًا محرجًا أخشى أن يواجهني به أحد فينتزع مني كلامًا لم أرتبه جيدًا، أو يُربكني فأقول ما ليس لي به علم.

ثم تأملت السؤال مرة ومرتين فانقدح في نفسي له جوابات فيها بعض السداد والتوازن، فصرت أتمنى أن لو أتيح لي من يقول السؤال ذاته الذي كنت أخافه، أيًّا كان مقصده في عرض السؤال؛ لأنه سيمنحني فرصة جميلة لأقول كلامًا مناسبًا.

حينما تقع مشادة كلامية بينك وبين آخر، وتؤدي إلى أن يقول عنك شيئًا يؤذي مشاعرك ويجرح أحاسيسك، فيمكنك أن تفسّر الأمر بأنه إهانة أو انتقاص أو تحقير لشخصك.

وحين تغير طريقة التحليل للموقف، وتتوقع أن هذا الإنسان كان يمر بظروف صعبة وتعب نفسي، رجل أثقلت كاهله الديون، مجهد نفسيًّا لا تزيده الأيام إلا قلقًا وعناء، زوج غاضب زوجته، أو فاصلها وخسر أولاده وأسرته، مستور تلاحقه الشائعات، وتقلقه الأقاويل، ويتهامس الناس عنه بما لا يجمل، مريض حار الأطباء في شفائه، كئيب يعاني هومًا أمثال الجبال، شاب ضاعت به السبل فلا عمل ولا وظيفة ولا شهادة ولا زواج.. إلخ.

إن الحياة ملأى بأنواع المتاعب وضروب المعاناة، ولا يتسنى لكل إنسان فيها أن يكون هادئًا مطمئنًا ساكن النفس مرتاح البال، يتعاطى القضايا والمواقف بكل أريحية واعتدال وحكمة..

وربما هو الآن يتقلب على فراشه ألمًا وندمًا على ما فرط منه في حقك!

وإذا قلت.. فلم لا يبادر ويعتذر إليّ.. فهذا حسن جميل، وخير دواء للندم حين تسيء للآخرين هو أن تبتسم لهم، وتقدم اعتذارًا ليس فيه

شرط ولا مثنوية ولا تردد ولا خجل..
على أنك لا تدري فربما كان الرجل حزينًا؛ لأن هذا دأبه معك ومع الآخرين، وأنها طبيعة نفسٍ حار هو فيها، ويئس منها أو كاد..
غيّر رؤيتك وتصوراتك عن المواقف التي تعرض لك وستتغير انفعالاتك إزاءها، وتذكَّر أن ربك العليم لا يغير ما بك حتى تغير ما بنفسك..
سمعت فتى ذات مرة يتضجر من خصومه ويقول:
-اللهم اكفنيهم بما شئت وأنت السميع العليم!
فقلت له: لقد دعوت عليمًا رحيمًا قديرًا سميعًا بصيرًا، وكان أولى بك أن تقول: اللهم اكفني شر نفسي، وشر كل ذي شر، أعوذ بك من شر نفسي، ومن شر كل دابة أنت آخذ بناصيتها إن ربي على صراط مستقيم.
يا صديقي.. هذه الحجارة التي رماك بها صاحبك يمكن أن تبني بها طريقًا إلى دروس الصبر والنجاح متى كنت يقظًا مستثمرًا للفرص، إيجابيًّا في مواقفك ونظراتك.

وصفة سريعة للبهجة:

مما جربته، ووجدت أثره العميق في الحياة، ألا أنظر إلى امتداد الأيام والشهور والأعمار بصفة مستديمة، بل تكون العناية بالمفردات.
سنوات- فشهور- فأسابيع- فأيام- فساعات- فدقائق!
حين أصحو من نومي، فهذه بدايةُ يقظةٍ جديدة، سأستغرق فيها عشر ساعات أو تزيد، حافلة ببرامج ولقاءات ومواعيد ومناسبات، وكتابة وقراءة وطعام وأُنس؛ ولكي يكون هذا المقطع سعيدًا فالعبرة ببدايته، والمكتوب يُقرأ من عنوانه..

فأول ما أفتح عيني، وأحسّ بتيار الصحو يتدفق في جسدي ودماغي؛ أكون قد برمجت نفسي حينئذٍ بصورة مستديمة على التفكير بالأشياء الصغيرة في وقتها، والجميلة في انطباعها على الذهن، وغير المكلفة أو المرهقة.

لن أسمح للقضايا الصعبة أن تُباغتني، ولا للضغوط أن تهجم عليّ، لقد تعوّدت (هنا هي عادة، أي: برمجة طويلة) أن أتوضأ، وأصلي ركعتين لله، تغسل الروح، وتصنع دعماً نفسيًّا لا مثيل له، وتزيل أوضار الخطأ والزلل مع النفس، أو الأهل أو الآخرين، وتُذكّر بأعظم وأجمل ما في الكون من المعاني والقيم، وفي النهاية لا تستغرق إلا القليل من الوقت.

«وإذا لم تكن مثلي محرومًا من نعمة حياة الأبوين، أحدهما أو كلاهما، فاستفتح صباحك بقبلة على جباههم الساجدة، وأكفهم المعطاءة».

حتى أُتمّ صلاتي، يكون الهاتف المحمول قد استعاد فاعليته، وبدأ يستقبل الرسائل التي بُعثت إليه أثناء النوم، واستقبالها متعة، فهذه أبيات جميلة، وهذه رسالة من صديق، وهذه كلمات معبرة، وهذه إشادة بشيء ما، وهذه دعوة لطيفة، أما ذلك الاستثناء من سبّ أو تحقير فيكفيه مرور الكرام، وإذا عرفت سلبية الرسالة فاعمل عليها (delete) مباشرة، دون أن تكلّف نفسك عناء الاستمرار فيها، لا تسمح لها أن تعكّر صفوك، وحتى هي نعمة، فإذا رموك من الخلف فأنت إذًا في المقدمة، والحمد له الذي جعلك تدرك ما لا يدركون، إذ أعطاك الحلم والصبر عليهم.

تصفح تويتر على عجل، والقراءة متعة، فلا تسمح للمقروء أن يفسد متعتك، جميل أن يعتاد المرء على القراءة الإيجابية، والإحساس بحكمة

الله فيما يفعل، والتي لا تظهر فورًا، فيتّكئ عليها حين يصافح خبرًا لا يسرّ، ويتنفس بعمق، ويواصل وصفة السعادة التي صممت له.

وحتى حين تقرأ مقالًا يهاجمك، تخيل لو أن هذا المقال يخص شخصًا آخر، وأنك قرأته هل سَتُصدّق ما فيه، وتحسّ بأنه دمّر هذا الإنسان المستهدف وأتى عليه، أو ستشعر بأن هذا أمر عادي؟

وكم كُتب وكُتب عن كبار وعظماء وملوك وعلماء ورجال تاريخ؛ فما ضرهم شيئًا.

وجبة إفطار خفيفة؛ مما تحبّ من الطعام والخبز، بصحبة من تحبّ، تناولْها، وكأنه لا شغل لك سواها، فلا عجلة ولا توفّز ولا «يلله يلله» (هي كلمة شعبية تعنى أسرع أسرع، وأصلها نداء الله تعالى).

لديك اتصالات جميلة ومهمة؛ فابدأ بها..!

هذه العادة ضرورية لتقضي يومًا سعيدًا، وحين تفلح في ترسيمها كعادة حياتية، ستجد أثرها على يومك كله، في هدوئك وفرحك وفاعليتك وإيجابيتك، والاستثناء لا يجب أن يحجبك عن القاعدة.

لا تنس حين تصحو من نومك أن تقول:

«الحمدُ لله الذي ردَّ عليَّ رُوحِي، وعافاني في جسدي، وأَذِنَ لي بذكرِهِ».

(أخرجه الترمذي، والنسائي، وابن السني).

لتتذكر أن الحياة نعمة عظيمة؛ نبدؤها بحمد الله وشكره، واستحضار الجانب الإيجابي المتمثل في عودة الحياة والعافية والإيمان، والحمد لله رب العالمين.

ما موقفك وأنت تقرأ هذه النصيحة؟

إذا كنت متفائلًا متقبلًا للسعادة؛ فلا بد أن تستجيب لها بطريقة أو

أخرى، فالفكرة جميلة، ولكنها تصلح لأحد دون أحد، أو هناك إضافات، أو تعديلات، هذا شيء جيد، فليست وحيًا لا يعتريه الباطل.
المُحْبَط كعادته؛ سيبحث عن إصبع ديناميت لتفجيرها، وهنا فهو يثبت صواب الفكرة بخطئه، ويؤكد نجاحها بفشله، هذه ليس دعوة للإحباط، لكنها محاولة لتحييده، أو البحث عن منفذ ولو صغير للتسلل إلى أولئك المحبطين.

نومًا هنيئًا:

شيء مضحك أن تتحدث عن النوم، هل فرغت ما في جعبتك حتى تحدثنا عن المنام والأحلام؟ فكأننا بحاجة إلى المزيد من النوم والتخدير؟!
سبحان الله، كم ساعة يقضيها المرء في النوم؟
حسب تقرير عامة الأطباء قديمًا وحديثًا؛ يقضي ما بين (٦-٨) ساعات نائمًا، أي نحوًا من ثلث عمره، أما الصغير والكبير فيزيد كثيرًا على ذلك.
وهناك من يحتاج عشر ساعات، أو من تكفيه ثلاث ساعات بحسب تركيب الجسم والهمّة!
وفي محكم التنزيل الامتنان بالنوم {وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا} (النبأ: ٩).
في آيات كثيرة جاءت في سياق المنّة على العباد، أو في سياق الحجّة والقدرة بخلق النوم الذي يغشى العيون والألباب، ويُغيّب المرء عن وعيه وإدراكه؛ ليصحو بعده وقد زال عناؤه وتجدد نشاطه، وقد يرى في منامه من العجائب والغرائب ما لا يراه في اليقظة، والرؤيا هي عبرة أخرى، وآية كبرى، تدل على اللطيف الخبير.
سبحان الله! ألم يرشد النبي صلى الله عليه وسلم إلى آداب النوم من

الطهارة، والنوم على الجنب الأيمن، (أما استقبال القبلة فلم يثبت في السنّة) والأدعية والأذكار المثبتة في دواوين السنة، حتى إنه صلى الله عليه وسلم أرشد عليًّا وفاطمة رضي الله عنهما إلى التسبيح ثلاثًا وثلاثين، والتحميد ثلاثًا وثلاثين، والتكبير أربعًا وثلاثين، وأنها تزيل التعب، وتجدِّد النشاط؛ «فهو خيرٌ لكما من خادم». (أخرجه البخاري، ومسلم).

وقد جرّبت كثيرًا أن الانخراط في التّسبيح مطردة للأرق، وهو خير مما يوصي به الأطباء من العدد، أو العدّ العكسي (١٠٠، ٩٩، ٩٨..)؛ كما يذكره الدكتور صبري القباني، وغيره.

نعم! قد نُسمَّى أحيانًا بالعالم النائم، ولسنا نحتاج المزيد من النوم، لكن من الصحو أن نعطي النوم التقنيات والآداب والأسباب التي تجعله يفعل فينا فعله، ليمنحنا مكافأة على جهد قدمناه، أو تعب عانيناه، أو ضغوط ساورتنا.

إن التنكر للمعاني الفطرية مشكلة صعبة، فنحن جميعًا ننام، وننام ملء جفوننا، حتى حين نصنع حدثًا مدويًا.

لكننا نستنكف أن نقرأ عن النوم، أو نتكلم، أو نتذاكر؛ لأن هذا من الفضول، وما لا طائل تحته.

لحظات من الهدوء والاسترخاء، نحتاج إلى أن نتعوّد على إقصاء الهموم والغموم والضغوط، واستحضار الظرف والخفة والبساطة والعفوية، ولنكن لحظة مؤانسة مع زوج موافق، أو مداعبة لطفل غرير، أو مباسطة وحديث هامس مع صاحب عزيز، محفوفة بالذكر والتسبيح والاستغفار، عشرًا، أو مائة، أو ألفًا، وفرصة لتصفية الداخل وتطهيره، وإعادة غسل القلب بماء الصفاء والتسامح، بدلًا من استذكار العديد

من الآلام والمنغصات والمواقف المؤلمة، الدالة على عدوانية الآخرين وشرهم، وأنهم يقولون ما لا يفعلون، وكأني أنام على حس الكراهية والبغضاء، وأصبح عليها.

عليّ أن أستذكر قبل نومتي النجاح والإنجاز، والموقف الإيجابي الجميل، والوعد الصادق، والأمل الذي يلوّح لي بمستقبل أفضل، وعلي أن أستذكر حاجتي إلى أن يسامحني الآخرون؛ فلأسامحهم إذًا ما دمتُ خطّاءً، وهم كذلك، ولأصعّد من سويداء قلبي دعوات صادقات لأصدقائي، ومعارفي وقرابتي، ولأعدائي وخصومي؛ الذين نذروا أنفسهم لحربي؛ أن ينقذهم الله من شر نفوسهم، وأن يرشدهم لما هو خير لهم، والمَلَكُ معك حينئذٍ يتقلب في فراشك حيث ذكرت الله، ويؤمِّن على دعائك للآخرين، ويقول: ولك بمثل!

صحوت من نومي، وهرعت كالعادة إلى صندوق الوارد؛ لأجد هذه الرسالة من إحدى بناتي:

الشمس بالشباك تبغى تصَحّيك	والنوم ما يبغي يفارق جفونكْ
قم واسمع بقلبك حديث الشبابيك	يخبرك كيف الصبح بارد بدونكْ





36

الكمرة الخفية

عرفت جهاز التسجيل أول مرة عن طريق صديق عزيز، وضعه أمامي وطلب إليّ تسجيل آيات من القرآن الكريم!

بحثت عن صوتي فلم أجده، لم يكن ثمَّ زحمة ولا أحد سوانا.. شيء ما طرأ عليَّ!

حين أتحدَّث مع أصدقائي على سجيتي أرتاح، وعندما يبدأ «الكمراتي» بنصب أعواد «المشنقة» ووضع المايك، وتجريب الصوت.. وضبط الإضاءة أفقد عفويتي، تتغير النبرة، ويصبح الكلام رسميًّا.. لماذا؟

إنه التَّكَلُّف يتسلل شيئًا فشيئًا، والنجاح هو محاكاة العفوية، وأن أبدو وكأنني أتحدث إلى شخص ما، وليس إلى آلة التصوير، وأمام الجمهور أن أتناساهم، وأتخيل ذاتي متحدثًا مع فرد واحدٍ فحسب!

أَصدَق ما يكون الإنسان حين يُعبِّر عن ذاته، وقديمًا قال حكيم: «لأن أُعبِّر عن ذاتي ويكرهونني، خير من أن أُعبِّر عنهم ويحبونني»!

حين حطَّم إبراهيم عليه السلام الأصنام، وسألوه عمن فعل هذا؟ قال: {بَلْ فَعَلَهُ كَبِيرُهُمْ هَذَا فَاسْأَلُوهُمْ إِنْ كَانُوا يَنْطِقُونَ} (الأنبياء: ٦٣).

وفي صباه ويقظة عقله رأى كوكبًا فقال: هذا ربي، ثم رأى القمر فقال: هذا ربي، هذا أكبر، ثم رأى الشمس فقال: هذا ربي.. كل ذلك على سبيل التساؤل والنظر، وليس الاعتقاد الجازم، يُحكى أنه كان طفلًا في الرابعة من عمره، والله تعالى أعلم.

وحين دخل مصر كانت معه زوجه سارة، وكانت فائقة الجمال، فأرادها الفرعون، وخاف إبراهيم، فقال: إذا سألك فقولي إنك أختي.

وحين زار ابنه إسماعيل في مكة رأى من امرأته ما لم يعجبه، فقال لها: قولي له يغيِّر عتبة بابه!

ثم جاء أخرى فرأى من المرأة الثانية ما أعجبه، فقال: قولي له يمسك عتبة بابه!

كانت «رسالة مشفرة» بين الأب وابنه اللبيب!

وكانت إجابات سهلة «عفو الخاطر».

موسى عليه السلام ألقى الألواح حتى تكسَّرت، وأخذ برأس أخيه يجره إليه؛ لما غضب من عبادتهم للعجل.

ولما خاطبه ربه قال: {رَبِّ أَرِنِي أَنْظُرْ إِلَيْكَ} (الأعراف: ١٤٣).

وفي قصة الإسراء لما مرَّ به النبي صلى الله عليه وسلم وأخبره بخمسين صلاة، قال له: ارجع إلى ربك فاسأله التخفيف.

محمد صلى الله عليه وسلم كان مثالًا في العفوية وعدم التَّكَلُّف، في الجريان مع الطبع البشري والفطرة السليمة، قال لرجل: هوِّن عليك، فإنما أنا ابن امرأة كانت تأكل القديد بمكة.

وربما سُئل عن شيء فقال: «لا أدري» {وَمَا أَدْرِي مَا يُفْعَلُ بِي وَلا بِكُمْ} (الأحقاف: ٩).

قال تعالى: {قُلْ مَا أَسْأَلُكُمْ عَلَيْهِ مِنْ أَجْرٍ وَمَا أَنَا مِنَ الْمُتَكَلِّفِينَ} (ص: ٨٦).

-رسالته وحي من الله لم ينتظره، ولا توقَّعه {وَمَا كُنْتَ تَرْجُو أَنْ يُلْقَى إِلَيْكَ الْكِتَابُ إِلَّا رَحْمَةً مِنْ رَبِّكَ} (القصص: ٨٦).

-وهي في مجملها وتفصيلها يسر وسماحة، و«خير دينكم أيسره»، و«أحب الدين إلى الله الحنيفية السمحة».

قال له ربه: {خُذِ الْعَفْوَ وَأْمُرْ بِالْعُرْفِ وَأَعْرِضْ عَنِ الْجَاهِلِينَ} (الأعراف: ١٩٩).

-العفو: الميسور من أخلاق الناس، كما قال ابن الزبير، ففيهم الشجاع والجبان والمنعزل والاجتماعي، والبخيل والجواد، والذكي والفطن والمغفل.

-والعفو الميسور من أموالهم يبذلونه في سبيل الله بلا تكلف، كما قال الحسن.

وقد أمر أن يعفو عمن ظلمه، ويعطي من حرمه، ويصل من قطعه، ويحسن إلى من أساء إليه.

العفوية هي شخصية الإنسان حين تتجرد من الصنعة والزيف، وتتألق كما خلقها ربها.

التدين الصادق بعيد عن الأصباغ، معبر عن الذات، قابل للتنوع بحسب الطِّباع والأفهام، سأل النبي أعرابيًّا عما يدعو به؟ فقال: لا أحسن دندنتك، ولا دندنة معاذ، ولكني أسأل الله الجنة، وأعوذ به من النار، فقال عليه السلام وهو يبتسم: حولهما ندندن!

التدين الفطري السلس خير وأحمد عاقبة، وأبعد عن النفاق والتجمل، أو عن أذية الخلق ومحاصرتهم تحت ستار الشريعة!

الصداقة العميقة هي ما سقط فيها التَّكَلُّف، كما قال المبرّد.
وإذا وُجدت الألفة ذهبت الكلفة!
وقد بوَّب البخاري: «صنع الطعام، والتَّكَلُّف للضيف»، وقال سلمان: «نُهِينا عن التكلُّف للضيف».
أحدهم زاره صديق مستعجلًا في طريقه إلى المطار، وكان «المفطح» في انتظاره، ولضيق الوقت حملوه و»قلطوا» عليه في السيارة!
يمكن تعديل ما لا يعجبك من أخلاقك دون أن تبالغ، وكأنك تريد أن تخرج من ثيابك وشخصيتك.
وأن تحصل على قدر من المعرفة دون أن تتظاهر أو تدخل فيما لا تحسن.
يقول ابن الأعرابي: «المعرفة كلها الاعتراف بالجهل، والتصوف كله ترك الفضول، والزهد كله أخذ ما لا بد منه، والمعاملة كلها استعمال الأولى فالأولى، والرضا كله ترك الاعتراض، والعافية كلها سقوط التكلف بلا تكلف!».
كن عفويًّا، وإياك أن تتكلف العفوية!
كم من القضايا تستنزف وقتًا، وتسبب صداعًا، والدخول فيها أصلًا مما لا حاجة إليه.
كم من الأسئلة والاستفتاءات تقول لصاحبها: دعني، وتدخل الناس في متاهات وحرج لا جدوى منه.
قال مصعب بن عبد الله بن الزبير:

فـأمـا ما علمـت فقـد كفـاني ... وأمـــا مـــا جهلـت فجنبـوني
فلســت بـمُكْفِـرٍ أحـدًا يصلي ... ولم أجـرمكـمُ أن تكفـــروني

وكنـــا إخـــوةً نـــرمى جميعًا ونفحـم كـل مـرتـابٍ ظنيـن

فـما بـــرح التكلـف أن تســاوت بشــأن واحــدٍ فــرق الظنــونِ

فــأوشــك أن يخـر عماد بيتٍ وينقطــع القريــن مـن القرين!

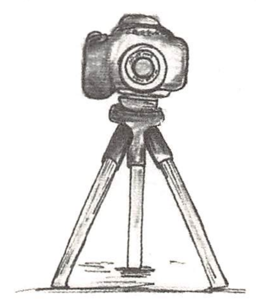
ممارسات كثيرة تحت رسم الدين والأخلاق والغيرة، تفسد المقصود الأعظم من الدين، وتشوه فطرة الإنسان البسيط العفوي.

من العفوية ألا تتمنى لقاء العدو، وأن تسأل الله العافية، فإذا لقيتهم فاصبر.

من العفوية أن تعبد الله بصفاء وحسن نية، وأن تطارد الوساوس في الطهارة والصلاة والمعاملة، فهي بلوى لا يثاب العبد عليها في الآخرة، ولا يستمتع بها في الدنيا، نعم؛ يثاب على الصبر، باعتبارها مرضًا متصلًا بالاكتئاب.

من العفوية أن تأخذ الناس بظاهرهم، ولا تلاحقهم بالتهم والتصنيفات، ولا تحاكم أقوالهم وأفعالهم وتدمغها بالتحريم ما دامت مقاصدهم حسنة، وتصرفاتهم تحتمل وجهًا من الصواب.

من العفوية أن تخرج من زحمة انشغالك بالآخرين، لتخلو بنفسك وتسمع صوتها المخنوق.





37

تجربة الصمت

شتم رجلٌ أبا بكر رضي الله عنه، والنبيُّ صلى الله عليه وسلم جالسٌ، فجعل النبيُّ صلى الله عليه وسلم يعجب ويتبسمُ، فلما أكثر رَدَّ عليه بعض قوله، فغضب النبيُّ صلى الله عليه وسلم وقام، فلحقه أبو بكر فقال: يَا رسولَ اللَّه كان يشتمني وأنت جالس، فلما رددتُ عليه بعض قوله غضبتَ وقمتَ؟ قال: «إنه كان معك مَلَكٌ يرُدُّ عنك، فلما رَدَدْتَ عليه بعض قوله وقع الشيطانُ، فلم أكن لأقعد مع الشيطان». ثم قال: «يا أبا بكر، ثلاثٌ كلهنَّ حقٌّ: ما من عبد ظلم بمظلمة فيغضي عنها الله عز وجل إلَّا أعز الله بها نصره...». (أخرجه أحمد، وجوَّد إسناده الألباني).

الصمت ليس ضعفًا، هو القوة الحقيقية في مواجهة النفس، ما يقوله الآخرون لا يضرك إلا إذا شئت.

ابنِ داخلك مصنعًا لـ «تدوير النفايات»، وحول الذم الذي يوجه إليك إلى منتج جديد تضيفه لذاتك.

حكى النبي صلى الله عليه وسلم قصة صبي تكلَّم في المهد.

بينا صبي يرضع من أمِّه، فمر رجلٌ راكبٌ على دابة فارهة وشَارة حسنة، فقالت الأم: اللهمَّ اجعل ابني مثل هذا. فترك الثَّدي وأقبل إليه فنظر، ثم قال: اللهمَّ لا تجعلني مثله.

ومروا بجارية وهم يضربونها، ويقولون: زنيتِ، سرقتِ. وهي تقول: حسبي الله ونعم الوكيل. فقالت الأم: اللهمَّ لا تجعل ابني مثلها. فترك الرضاع ونظر إليها وقال: اللهمَّ اجعلني مثلها. فسألته فقال: إن ذلك الرجل كان جبارًا، وإن هذه المرأة يقولون لها: زنيت، ولم تزن، وسرقت، ولم تسرق، فقلت: اللهمَّ اجعلني مثلها. (أخرجه البخاري، ومسلم).

إرشاد إلى تجربة الصمت في مواجهة تهم مغرضة يتناقلها الناس دون بينة، ليس كل الناس يحتاج إلى أن يدافع عن نفسه، أو يزيل الالتباس.

في القصص الشرقية أن «هاكوين» كان حكيمًا يابانيًّا معظمًا، وحدث أن حملت بنت الجيران المراهقة، وحين سألها والداها الغاضبان أخبرتهم أنه هاكوين، وانتشرت أخبار الفضيحة في البلد وخارجها، وتشوهت سمعة المعلم، لكن هذا لم يزعجه، لم يعد الناس يأتون لمشاهدته.

حين ولدت الفتاة حملوا الطفل إليه وقالوا: أنت والده فتولّ تربيته!

اعتنى بالطفل لمدة سنة، بعدها اعترفت البنت تحت تأنيب الضمير بأن الأب الحقيقي هو الشاب الذي يعمل في المتجر!

ذهب الوالدان متأسفين للحكيم، وقالا: لقد جئنا لنسترد الطفل، أعطاهم الطفل ولم يقل شيئًا (أرض جديدة، إيكهارت تول).

قصة تشبه في تراثنا الإسلامي حديث جُريج العابد.

عندما ينتقدك شخص أو يلومك أو يسميك بما لا يجمل، فلا تفعل

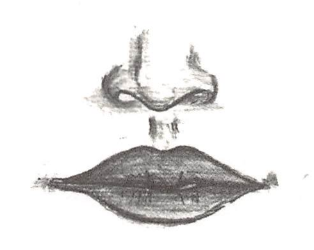
شيئًا، ولا تحاول الدفاع عن نفسك، بل اسمح لصورة النفس أن تبقى ناقصة، وكن منتبهًا لما يتركه ذلك من أثر جيد في النفس {فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا} (مريم:٢٦).

لعدة ثوانٍ تشعر بأن حجمك قد تقلص، ثم تشعر وكأن سعة نفسية قد استيقظت في داخلك بشكل كبير.. أنت لم تنتقص قط!

وقع لي غير مرة أن أجد نفسي في مرمى سهام كثيرة، بعضها «نيران صديقة»، لم أجد أروح لنفسي من الصمت، وترديد «حسبنا الله ونعم الوكيل».

أثناء الحملة لا يجدر بك أن تدخل في حرب تختلط فيها النوايا، ويخوضها العالم والجاهل، وبعد هدوء الحملة تجد أن الأمر لا يستحق التعليق.

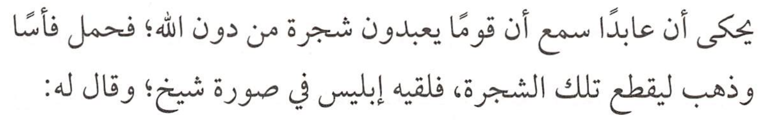
لا تنسَ أن الصمت أحيانًا هو «أنا» سلبية، متدثرة بلباس التعالي والغرور، فحذارِ أن يكون صمتك استعلاءً على الناس، أو ازدراءً لهم.





38

مرائي



يحكى أن عابدًا سمع أن قومًا يعبدون شجرة من دون الله؛ فحمل فأسًا وذهب ليقطع تلك الشجرة، فلقيه إبليس في صورة شيخ؛ وقال له:

- إلى أين، وأي شيء تريد؟

- أريد قطع هذه الشجرة التي تُعبد من دون الله.

- ما أنت وذاك؟ تركت عبادتك وتفرغت لهذا، والقوم إن قطعتها يعبدون غيرها.

- لابد لي من قطعها!

- أنا أمنعك من قطعها.

صارعه العابد وألقاه أرضًا، وقعد على صدره.

فقال له إبليس: أطلقني حتى أكلمك، فأطلقه، فقال:

- إن الله تعالى قد أسقط عنك هذا، وله عباد في الأرض لو شاء أمرهم بقطعها.

- لابد لي من قطعها.

- هل لك أن تجعل بيني وبينك أمرًا هو خير لك من هذا الذي تريد؟

- وما هو؟

- أنت رجل فقير، فلعلك تريد أن تتفضل على إخوانك وجيرانك وتستغني عن الناس؟

- نعم.

- ارجع عن ذلك، ولك عليّ أن أجعل تحت رأسك كل ليلة دينارين تأخذهما فتنفقهما على عيالك، وتتصدق منهما؛ فيكون ذلك أنفع لك وللناس من قطع هذه الشجرة، تفكر العابد وقال: صدقت فيما قلت، فعاهدني على ذلك! فحلف له إبليس، وعاد العابد إلى متعبده، فلما أصبح رأى دينارين تحت رأسه، فأخذهما، وكذلك في اليوم الثاني.

في اليوم الثالث لم ير العابد شيئًا، فغضب وأخذ الفأس وذهب نحو الشجرة ليقطعها، فاستقبله إبليس في صورة ذلك الشيخ الذي لقيه أول مرة، وقال:

- أين تريد؟

- إلى قطع هذه الشجرة.

- ليس إلى ذلك من سبيل.

فتناوله العابد ليضربه.

- هيهات هيهات!

وأخذ إبليس العابد وضربه أرضًا، ثم قال: لئن لم تنته عن هذا الأمر لأذبحنك، فقال العابد:

- خل عني وأخبرني كيف غلبتني؟

- لما غضبتَ لله تعالى سخرني الله لك وهزمني أمامك، والآن غضبتَ للدنيا ولنفسك فصرعتك. (انظر عجائب المخلوقات للقزويني، والإحياء).

أن يفعل لأجل الناس أو يترك لأجلهم فهو إذًا لم يعمل أو يترك لله، ولذلك قال النبي صلى الله عليه وسلم «إن أخوف ما أخاف عليكم الشرك الأصغر.. الرياء». (أخرجه أحمد، وابن خزيمة ، وصححه الألباني).

لا حرج أن يفرح المؤمن بثناء الناس عليه، وإنما الرياء ما كانت النية فيه لغير الله، بحيث لو كان المرء وحده لم يعمل.

والرياء أبواب:

١- الرياء بالإيمان: وهو النفاق بأن يظهر الإيمان ويبطن الكفر.

٢- الرياء بالجسد: بإظهار ما ينم عن الاجتهاد في العبادة، وتكلف ظهور بقعة في الجبهة مثلًا، أو يبس في الشفتين من أثر الصيام، ومثل طأطأة الرأس في المشي، أو تشعيث الشعر كعلامة للزهد.

٣- الرياء بالقول: وهو التسميع «مَن سمَّع سمَّع الله به». (أخرجه مسلم). كالنطق بالحكم والآثار والمواعظ لإظهار العناية بأحوال الصالحين، وتحريكِ الشفتين بالذكر والهمس بحرف السين في حضرة الناس ليقال: ذاكر مستغفر.

٤- الرياء بالعمل: كإطالة القيام والركوع والسجود والتظاهر بالخشوع.

٥- الرياء بالمكانة: كالذي يتكلف أن يطلب زيارة العلماء وأهل الفضل والصلاح ليقال: إنه منهم.

والمدار هنا على الدافع الأساسي للعمل.

وأصل الرياء هو حب الثناء والحمد من الناس، وكراهية الذم، والطمع فيما في أيديهم.

والعارض أثناء العبادة من ذلك لا يضر ولا يفسد العبادة.

وبعضهم يترك العمل خوفًا من أن يكون رياءً، وهذا الآخر خطأ ومجاراة للشيطان، ودعوة إلى البطالة وترك الخير، فما دام الدافع الأصلي صحيحًا فلا يترك العمل لخاطر الرياء، ولذلك قال الفضيل بن عياض «العمل من أجل الناس شرك، وترك العمل من أجل الناس رياء، والإخلاص أن يعافيك الله منهما».

طالب في حداثة سنه يتعجل الفُتيا، ويقعد للتدريس، ويظهر التوقر، ويعز عليه أن يقول: لا أعرف، ويتقمص شخصية الكبار فيقول: عندي، والذي يظهر لي، ويغلب على ظني، والذي تطمئن إليه النفس! ويندفع للرد على غيره، والتنبيه المفرط على أخطاء الآخرين، وكأنهم بلا صوابات، على أنه لا يتقبل نقدهم أو تخطئتهم له.

آخر يلهيه فرض الكفاية عن فرض العين، ويطيل الوقوف عند الفرعيات التي قد لا يحتاجها الناس إلا في النادر، ولا يتكلم في مسائل الإخلاص والأخلاق والبر (انظر مختصر منهاج القاصدين)، وما ذاك إلا لأن اهتمامات العامة تدور حولها.

ثالث يفرح بالجدل وكثرة الكلام، ويتهيأ للمناظرة، ويعلن المباهلة عند أول احتكاك، وما ضل قوم بعد هدى كانوا عليه إلا أوتوا الجدل، وغالب ما يحدث في المناظرة هو استعراض معرفي ولغوي، وسعي لإفحام الخصم وإقحامه وإظهار عجزه وتناقضه أو فساد معتقده.

حين يسمع بعض الحق من خصمه يضيق صدره، وسرعان ما يضع

العراقيل أمامه لعله يتراجع، فإن رآه مصرًا قال: أنت الآن ترجع إلى قولي ومذهبي وطريقتي، وكأنه وضع سورًا على الحق لا يدخل أحد إلا بواسطته ومن طريقه، وبعد التفتيش في هويته!

وغالب المناظرة تعبر عن مصداق الخبر النبوي «الشح المطاع، والهوى المتبع، وإعجاب كل ذي رأي برأيه». (أخرجه أبو داود، والترمذي)، وقال: حسن غريب.

قيل لأحد الصالحين: ما بال كلام السلف أنفع من كلامنا؟

قال: لأنهم تكلموا لعز الإسلام، ونجاة النفوس، ورضا الرحمن، ونحن نتكلم لعز النفوس، وطلب الدنيا، ورضا الخلق.

الولع بالغرائب والعجائب والبحث عن المهجور من الأقوال، وكأنه ينشر سننًا قد طويت، أو يحيي شرائع قد أميتت، وقد حذر أهل العلم من «الطبوليات»، وهي المسائل الشاذة الغريبة التي تضرب لها الطبول (حلية طالب العلم لأبي زيد).

وأحيانًا على النقيض موافقة السائد، والدفاع المستميت عنه ليتبوأ منصبًا قياديًّا لدى من حوله، ولو كان هذا السائد مخالفًا للشريعة، أو قولًا ضعيفًا.

التكثر بالأتباع وحشدهم وإشاعة العصبية بينهم، وإقامة الجدران العازلة تحت ذريعة الولاء والبراء في مسائل جانبية وخلافية وفرعية.

قال الذهبي «أنت ظالم وترى أنك مظلوم، آكل للحرام وترى أنك متورع، وفاسق تعتقد أنك عدل، وطالب العلم للدنيا وترى أنك تطلبه لله!» (سير أعلام النبلاء).

لله أم لعبد الله؟:

سمع الإمام أحمد أبا داود صاحب السنن يقول: هذا شيء وضعته لله، يعني تأليف كتابه «سنن أبي داود» فقال له: أما لله فشديد، ولكن قل: شيء حبب إلي فعملته!

وفي بعض الروايات أن الإمام أحمد قال هذا عن نفسه، كما يدل عليه كلام ابن تيمية «مسألة فيما إذا كان في العبد محبة لما هو خير وحق ومحمود في نفسه».

مراقبة الدوافع من أدق معاني الصدق.

جبل كثيرون على حب الإحسان، وحب العفو عن المسيء، وحب المعرفة والاطلاع، وحب الأخلاق، وهم يعملونها تلقائيًّا حتى قبل طروء النية، ويتنعمون بها، ويجدونها سرورهم وقرة عيونهم، كما يتلذذون بمشاهد الطبيعة أو سماع الأصوات الحسنة، أو الروائح الطيبة، أو الاستمتاع والمعاشرة.

وكان المأمون يقول: لقد حبب إلي العفو حتى خفت ألا أثاب عليه.

وقال مرة: حبب إلي العفو حتى خشيت أن يتقرب الناس إليّ بالمخالفة!

وهذا فيه تحقيق لمعنى الذات، ونفع للآخر، فهو محمود شرعًا وعقلًا، حتى من دون استحضار نية، فإذا وجدت النية لله كان العمل أكمل وأفضل وأعظم أجرًا {لَا خَيْرَ فِي كَثِيرٍ مِنْ نَجْوَاهُمْ إِلَّا مَنْ أَمَرَ بِصَدَقَةٍ أَوْ مَعْرُوفٍ أَوْ إِصْلَاحٍ بَيْنَ النَّاسِ وَمَنْ يَفْعَلْ ذَلِكَ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ فَسَوْفَ نُؤْتِيهِ أَجْرًا عَظِيمًا} (النساء: ١١٤).

وهذا من المعروف الذي أمر الله به ورسولُه، فكل عمل خير أو نفع أو تطوع بنفس أو مال أو جاه أو خبرة فهو مأمور به شرعًا {وَافْعَلُوا الْخَيْرَ}

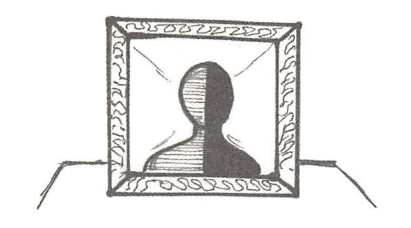
(الحج : ٧٧) ، والدافع الفطري المحمود يدعو إليه.

وقد يبدأ الإنسان العمل بعفوية، ثم تتجدد له المقاصد الحسنة كما قال بعض السلف: طلبنا العلم لغير الله فأبى إلا أن يكون لله.

ولذلك قالت خديجة للنبي صلى الله عليه وسلم أول ما نُبِّئ: أَبْشِرْ، فَوَاللهِ: لَا يُخْزِيكَ اللهُ أَبَدًا، إِنَّكَ لَتَصِلُ الرَّحِمَ، وَتَصْدُقُ الْحَدِيثَ، وَتَحْمِلُ الْكَلَّ، وَتَقْرِي الضَّيْفَ، وَتُعِينُ عَلَى نَوَائِبِ الْحَقِّ (متفق عليه).

فهذا مما يحفظ الله به العبد من الخزي.

ولهذا كان الكافر يثاب على حسناته في الدنيا ولو لم ينوِ بها التقرب لله.





39

أنا أمتلك إذًا أنا موجود

دُعِيَ سفير أمريكي لافتتاح أول فروع (ماكدونالدز) في البلد الذي يقيم فيه، وكان مرتديًا قبعة (البيسبول) المرصعة بشعار (ماكدونالدز) الذهبي، ففوجئ بمراهق يتقدم إليه حاملًا قبعة شبيهة ويسأله: هل أنت السفير؟ فرد السفير بالإيجاب، فمد المراهق قبعته طالبًا من السفير التوقيع عليها. فسر السفير بذلك، وقال: هذه هي المرة الأولى التي يطلب فيها أحد توقيعي! فرد الشاب: ولكن لا بد أنها مهنة جميلة أن تكون سفيرًا لماكدونالدز، تجول العالم وتفتتح فروعًا. فبهت السفير وأجاب: أنا سفير الولايات المتحدة، ولست بسفير ماكدونالدز!! فبدت علامات الخيبة على وجه الشاب، عندها أردف السفير: هل ما زلت تريد التوقيع؟ فسحب المراهق قبعته قائلًا: لا..

عولمة استهلاكية تتفوق على العولمة السياسية.

عولمة تفتح للمرء آفاق التواصل مع البعيد، وتعمق فرديته، وتخفض حجم التواصل والتعاون مع القريب.

قرر غني أوروبي أن يري ابنه منزل أسرة فقيرة حتى يدرك حجم النعمة التي هو فيها، ذهب به إلى مزرعة وأدخله المنزل ثم سأله باغتباط:

ماذا رأيت؟

أجاب الفتى: شيء مؤسف، لدينا كلب واحد ولديهم أربعة، لدينا حمام واحد، ولديهم جداول منسابة، فناؤنا عدة أمتار، ولديهم مساحات شاسعة من الأرض المفتوحة..

شكرًا يا والدي لقد أريتني مدى فقرنا!

لم تشتكي وتقــول إنك معــدم؟	والأرض ملكك والسما والأنجــم؟
ولك الحقــول وزهــرها وعبيرها	ونسيمهــا والبلبــل المتــرنـم

البساطة تعني الكثير من الروحانية وراحة البال. (اقرأ كتاب: فن البساطة المؤلف: دومنيك لورو).

الاستهلاك ترسيخ لقيم الأنانية «الأثرة»، والعطاء ترسيخ لقيم «الإيثار» {وَيُؤْثِرُونَ عَلَى أَنْفُسِهِمْ} (الحشر: ٩).

لكي يبيعوك شيئًا غير مهم عليهم أن يقنعوك بأنه سيضيف شيئًا جديدًا إلى طريقة رؤيتك لذاتك، أو رؤية الآخرين لك وانطباعهم عنك!

ولذا كان التخلي عن الممتلكات لله تعالى انعتاقًا للروح.

كلما نقص الاستهلاك وقلَّت الممتلكات زادت قدرة الشخص على النضج، والوعي، والإحساس بالإنسانية، وتطوير ملكاته والحفر داخل نفسه، وكانت الحياة أكثر بهجة وسعادة.

التملك يمنح الإحساس الوهمي بالأمان.
القوة كذلك.
الأنا تتكثر بالأوهام، ومن سطوة الوهم تنكر أنه وهم.
التملك ليس إضافة للذات، ولا تملكًا حقيقيًا، أرقام في البنوك، وأسهم في المحافظ، وأسماء على الأوراق فحسب، سرعان ما ترحل عنها أو ترحل هي عنك.
رؤساء وملوك انفصلوا عن قصورهم وتحفهم وممتلكاتهم وأرصدتهم.
حتى ملابسك وأشياؤك الخاصة تخلعها فلا تعود متصلة بك.
حين تقل حظوظ المجد الأخلاقي نبحث عن نقاط التميز عن الآخرين في: لوحة السيارة، ورقم الهاتف، اللباس...
احتياجات الإنسان تعبر عن ذاته، وماذا يريد هو، أما الكماليات فهي ما يريده الناس، أو ما يحكمون عليه عند رؤيته، هي الأقنعة التي تكتم ذاته الحقيقية.
لا يجب أن يشغلك ما يريده الناس منك عما تريد أنت من نفسك.
- التملك الحقيقي هو الذي يورث التواضع، فلن تجد أحداً «مغترّاً» بإيمانه الصادق ولا بخلقه العظيم، ولا بعلمه النافع! والتملك الموهوم يورث التعاظم والفخر والادعاء.
أحد العلماء له رأي مفاده أن أحدث الأجهزة لدينا الآن ستصبح خلال خمس سنوات من الآثار!
شركة سوني تعرض المنتج (٩٠) يومًا ثم تكون أنتجت ما هو أفضل منه، وأكثر ميزات، وسوف تتقلص إلى (١٨) يومًا فحسب.
مهمة المنتجين إذًا أن يجعلوا منتجاتهم قديمة، ويزهدوا ملاكها ليشتروا

ما هو أحدث منها.

الأجهزة العجيبة في أفلام الخيال العلمي ستصبح سلعًا عادية.

نظارات قوقل الشخصية تلتقط إرسال القنوات الفضائية، وتقدم لك خلال ثوانٍ معلومات كافية عن الشخص الذي تقابله؛ فترفع عنك الحرج بعدم معرفته، وتمكنك من التعامل البصير معه!

نظارات ليزر تمكن الطيار من إطلاق الصواريخ وتشغيل الطائرات بحركة العين!

كتاب ذكي يَشعُر بتمهلك أثناء القراءة؛ فيقدم لك بدائل للكلمة التي لم تفهمها!

طفرات تكنولوجية بمعدل (١٧) اختراعًا في الثانية، أي أكثر من (١٠٤) ملايين اختراع يوميًّا.

سيزداد لهثنا وراء كل جديد، وستتضاعف الإصابات، فأدوات حماية اللاعبين في الرياضة العنيفة جعلتهم أكثر تهورًا.

هل سنصبح نسخة متشابهة من البشر أو مكررة؟

تدويل العادات والتقاليد الاستهلاكية عبر الشركات متعددة الجنسيات التي تنشر فروعها في كافة مدن العالم، في الأغذية والأحذية والألبسة، وحتى في الأفكار والقيم والعادات.

(٢٠٪) من المدن الكبرى تتشابه في أنماط استهلاكها، حيث استطاعت شركات أمريكية وأوروبية ويابانية في اعتماد أنماط محددة من الآلات في صنع اللباس والغذاء والسكن وإنتاج سلع متماثلة.

نشر ثقافة الاستهلاك الأمريكية في لبس الجينز، وتناول الهامبورجر، وسماع موسيقى البوب، ومشاهدة الأفلام الأمريكية، يؤثر على

الاستهلاك المحلي، ويدفع الناس لتناول السلع وارتياد المطاعم الأمريكية.

الإعلان يروج تلك البضائع، ويتحدث عن ميزاتها وآثارها الصحية وملاءمتها للشروط الثقافية، حتى تجد «سمكًا مذبوحًا على الطريقة الإسلامية».

ويخاطب وعي الصغار والكبار، ويصنع لدينا التعطش إلى امتلاك السلعة، ولذا أصبح التسوق هدفًا ومتعة بحد ذاته، وتحول الاستهلاك من عملية ترتبط بالإنتاج وتكملها إلى حالة تشبه «الإدمان».

الاستهلاك صار يرمز لمكانة الشخص عند أصدقائه وجماعته وزملائه. وقيمة السلعة لم تعد ترتبط بجودتها، بل بقدرة صانعيها على تحويلها إلى ثقافة، وأصبح الإعلان عن السلعة أهم منها.

المؤسسات الاستهلاكية: المولات، الأسواق، ضخامتها ونظافتها، وشموليتها لجميع الاحتياجات، وكونها مكانًا للتسوق والتمشية واللقاء، وجود المقاهي، والمطاعم، وملاعب الأطفال والترفيه، توفير وسائل الحمل والحركة صارت متنفسًا للأسر يغري بالاستهلاك فوق ما تحتاجه.

التخفيضات والتقسيط علامتان على شيوع النمط الاستهلاكي حتى فيما ليس ضروريًّا، الملابس والألعاب وأدوات التجميل والأجهزة، حتى أصبح حجم الديون الاستهلاكية على المواطنين يعادل حجم الناتج القومي.

تنفق المرأة في دول الخليج أكثر من عشرة مليارات دولار لأدوات التجميل.

حتى القيم تحولت إلى «سلع»، فالحرية والحضارة والحب صارت مرتبطة بشراء لباس أو وردة أو منتج خاص، والإنسان نفسه -والمرأة خاصة- صار يكتسب قيمته من لباسه أو نظارته أو شنطته، أو حتى نوع علبة السجائر التي يحملها.

الجزء الأهم من الإنسانية والأخلاق والحضارة لا يمكن شراؤه بالمال، إنه المعنى الكامن في داخل النفس.

الإيمان والصداقة والعمل والأسرة هي الذخر الحقيقي.

الاستهلاك الرياضي مذهل: كم ربح اللاعب؟ كم راتبه؟ بكم بيع؟ الإعلانات في القنوات ومدرجات الكرة صارت مرتبطة بمشاهير الرياضة.

كيف يمكن تطوير العادات الاستهلاكية؟

إنها عادات ثقافية، ففي اليابان مثلاً حب العمل والتضحية في سبيل إنجاح المؤسسة التي يعمل فيها.

وفي بريطانيا يؤسسون الاقتصاد وأساليب الإدارة والتخطيط حتى في شؤون المنزل.

والألمان يمتازون بحب النظام والتفاني فيه.

هذا ينعكس على عاداتهم الاستهلاكية، وطريقة تعاملهم مع السلع والخدمات.

بدائل:

عاداتنا القديمة في الريف أقرب إلى تحقيق معدل متوازن من الاستهلاك،

فهناك التكافل الاجتماعي حتى في الوجبات، الاعتماد على الأطعمة المحلية كالفواكه والخضار والتمور والألبان، اللباس المعتدل، السكن الريفي، الأفراح تتم بشكل جماعي، التعاون في الجدب والأزمات «إذا أَرْمَلُوا، أو قلَّ طعامُ عيالهم بالمدينة، جمعوا ما كان عندهم في ثوب واحد، ثم اقتسموه بينهم في إناء واحد بالسَّوِيَّة» كما قال صلى الله عليه وسلم عن الأَشْعريين، (كما في صحيح البخاري، وصحيح مسلم).

وهذا يمكن تفعيله في كافة الظروف، مثلًا: اشتر سيارة مثل الجديدة وليس جديدة، إصلاح القطعة التالفة وليس استبدالها.

انصرف عن التخفيضات الوهمية، والتقسيط.

تعاون جماعة في بناء مسكن كالزوجين مثلاً، لا داعي للكم الهائل من الملابس التي تكتظ بها الخزانات.

توعية الأسرة والتخطيط للشراء بصورة مركزية، وإعداد قائمة مسبقة بالمشتريات.

ترشيد الفواتير والطبخ.

تجنب الإسراف {وَلَا تُبَذِّرْ تَبْذِيرًا} (الإسراء: ٢٦) {إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ} (الأنعام: ١٤١) «لا تسرف ولو كنت على نهر جار» (رواه أحمد وابن ماجه).

يجري هذا في الماء، في البنزين، في الطاقة، في الكهرباء، في الطعام، في علب المناديل، في المشروبات، في اختصار الثرثرة عبر الهاتف...

الإسراف يحرق أموالنا، فائض الأطعمة التي في المزابل يشبع مدنًا بأكملها.

المسرف أسوأ من البخيل؛ لأنه لا يستهلك خيراته فحسب، بل خيرات الآخرين.

(٦٨٪) لا يدرون بوجود شح للمياه في المملكة، و (٨٢٪) لا يطبقون أي إجراءات لتوفير الماء.

التخطيط يوفر الكثير، حجوزات الطيران والفنادق توفر (٣٠٪) مما يصرفه السائح الخليجي، مع تأمين خدمات أفضل.

تبني أسرة مكونة من بضعة أفراد قصرًا فارهًا تبقى معظم مرافقه غير مستخدمة، ولكنها تستنزف مالاً وجهدًا في الصيانة والتنظيف.. بينما تبقى الأغلبية بلا مساكن.

رؤساء دول في العالم يسكنون في شقق متواضعة.

الأثرة سلوك أناني ليس على مستوى الأفراد فحسب، بل على مستوى المناطق والدول.

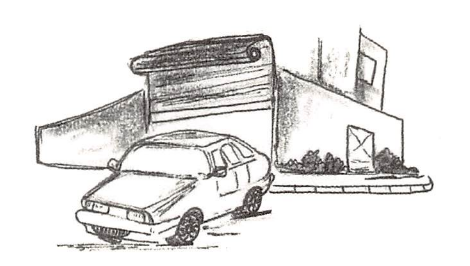
خبير اقتصادي إنجليزي قال: الفقير ليس له صحن على مائدة الطبيعة! إذًا فالمرض والجوع والموت هو الذي ينتظره.

الفقير ليس دائمًا مسؤولًا عن فقره، وحين خلق الله البشر والطبيعة جعلهم متساوين فيها.

كان النبي صلى الله عليه وسلم يستعيذ من الفقر، ويدرب على الكدح والعمل والاستغناء عن الناس وعدم مد اليد بالسؤال، كما يربي على العطاء والمشاركة ولو بالقليل.

كان يرسم المنهج المعتدل في إشباع الحاجات الضرورية «الطعام، السكن، اللباس»، وفي تناول الطيبات لمن تيسرت له دون تكلف {قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ كَذَلِكَ نُفَصِّلُ الْآيَاتِ لِقَوْمٍ يَعْلَمُونَ} (الأعراف: ٣٢).

والعرب تقول: ما عال من اقتصد، وفي القرآن الكريم {وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا} (الفرقان: ٦٧).





40

بيع الوهم

◆

منذ الفراعنة والبابليين والآشوريين والكلدانيين في العراق، ثم الهنود والصينيين والفرس، والجهالة تقود إلى البحث عن أسرار المستقبل البشري عبر عوالم أخرى.

«شعب المايا» من أصول هندية، ويعيش في أمريكا الوسطى، لديه حسابات وتقديرات وأرقام حول الفلك والنجوم ومراحل الحياة الإنسانية.

هو شعب متفوق ومتميِّز رياضيًّا، بيد أن مسألة التنجيم هي أسطورة لا حقيقة لها.

تقدَّم الإنسان فظلت مسألة الغيب المستور تؤرقه، وهو يحاول أن يزيح عنها الستر، ويكشف ما سيحدث له على الصعيد الذاتي أو الجماعي.

المرأة الأميَّة في قريتنا كانت تتساءل عن الزواج، والبيت الذي ستسكنه، والرجل الذي سيدخل حياتها، الجهالة تجعلها تركب الحمار، وهو من

أغبى الحيوانات، وتخاطبه قائلة: أبا الهادي! وين بلادي؟

فحيثما وجَّه بها ظنَّت أن زواجها سيكون صوب تلك الوجهة.

المثقفون اليوم في العالم الغربي خاصة يتردَّدون على بيوت العرَّافات، ويطلبون المشورة.

الرياضي قبل أن يخوض المباراة يسأل السحرة.

الفنان يتساءل معهم عن مستقبل عمله ومشروعه.

السياسي أيضًا!

الرئيس الأمريكي «ريجان» وزوجته «نانسي» تحوَّلت العرافة معهم إلى حارس شخصي، خاصة بعد محاولة الاغتيال التي تعرَّض لها، وصار لا يتصرف في شيء إلا بعد الرجوع إليها.

جاك شيراك في فرنسا.. وآخرون يقعون ضحية الوهم، ويدفعون الأموال الطائلة للحصول على مشورة.

أكثر من ربع مليون دجال يعملون في مصر، وفي العالم العربي أكثر من خمسة مليارات دولار تصرف على السحر والشعوذة والتنجيم سنويًا.

قراءة الكف، قراءة الفنجان، قراءة الخط.

متى ميلادك بالتحديد؟ بالشهر واليوم والساعة والدقيقة، يبني عليها دراسة في الإنترنت، ويربطها بمراحل النجوم وأزمنتها، ويقدِّم لك معلومات تختلط فيها الحقائق بالأوهام، مع إضافة ملعقة من الحَدَس والذكاء، وأخرى من الخبرة والتجربة مع آخرين، وربما كان لدى العرَّاف موهبة خاصة استغلها في غير طاعة الله، أو استعان بالشياطين، كما في الحديث الصحيح عن أبي هريرة رضي الله عنه، عن النبي صلى الله عليه وسلم قال: «إذا قضى اللهُ الأمرَ في السماء، ضربت الملائكةُ

بأجنحتها خُضْعانًا لقوله، كأنه سلسلة على صَفْوَان، فإذا (فُزِّعَ عَنْ قُلُوبِهِمْ قَالُوا مَاذَا قَالَ رَبُّكُمْ قَالُوا) للذي قال: (الْحَقَّ وَهُوَ الْعَلِيُّ الْكَبِيرُ). فيسمعها مسترق السمع، ومسترقو السمع هكذا بعضه فوق بعض فيسمع الكلمة، فيلقيها إلى مَن تحته، ثم يلقيها الآخر إلى مَن تحته، حتى يلقيها على لسان السَّاحر أو الكاهن، فربما أدرك الشهاب قبل أن يلقيها، وربما ألقاها قبل أن يدركه، فيكذبُ معها مائة كذبة، فيقالُ: أليس قد قال لنا يوم كذا وكذا كذا وكذا؟! فيُصَدَّقُ بتلكَ الكلمة التي سمع من السماء». (أخرجه البخاري).

وأنت ترى في الأسواق من تركيا لإيران إلى لبنان والشام إلى العراق.. نساء فقيرات غير متعلِّمات يقمن بهذا الدور في الشوارع والأزقَّة، وربما وقف عندهم أستاذ في الجامعة أو ثري أو فتاة مثقفة متخرِّجة..

سألتُ أحدَهم ذات مرة: لماذا تسأل هؤلاء، ولو كانوا يقدرون أو يعرفون لحسَّنوا من أوضاعهم، فالله تعالى يقول: {وَلَوْ كُنْتُ أَعْلَمُ الْغَيْبَ لَاسْتَكْثَرْتُ مِنَ الْخَيْرِ وَمَا مَسَّنِيَ السُّوءُ} (الأعراف: ١٨٨).

فلو كان المرء عارفًا بالغيب، لسلك السبل التي يعلم أنها توصِّله للنجاح، وتحميه من الفشل والإخفاق؟

فقال: إنها مجرد «تجربة»!

الشيء المهم أن مسألة واحدة يصدِّقون فيها، وأخبر عنها النبيُّ صلى الله عليه وسلم، ومع ذلك أغلق هذا الباب نهائيًا؛ لأن إدخال التأثيرات الروحانية للنجوم والأفلاك في مجريات الأحداث البشرية أو في معرفة المقادير الإلهية من أعظم أبواب الضلالة والخداع.

ولذا جاء في الصحيح: «مَن أَتَى عَرَّافًا فسأَلَهُ عن شيْءٍ، لم تُقْبَلْ له صلاةٌ

أربعينَ ليلةً» (رواه مسلم).

فالشريعة التي دعت العقول إلى التفكير والنظر، حرَّمت إقحام الخرافة في أمر الغيب والمستقبل حتى في حال وجود احتمال ضعيف لصوابيتها، وقدَّمت بديلًا علميًّا وشرعيًّا بالمشورة والاستخارة والرؤيا الصالحة والدراسة الواقعية.

الطبيب الفلكي أو الروحاني هو مخادع كبير متقن لعمله، يجمع المعلومات الواسعة حول ضحاياه، ويتفرَّس في وجوههم، وضحاياه غالبًا رؤساء وملوك وأثرياء ووزراء ولاعبون مشاهير.

في تاريخنا ما يسميه بعضهم بـ« الجفر». وثَمَّ مواقع إلكترونية متخصصة في ذلك، وقد قرأت بعض معلوماتها.

قالت لي أخت: أرجوك.. اذهب إليه، حتى لقاح الإنفلونزا، الطيور والخنازير.. موجود فيه.

آل بيت رسول الله صلى الله عليه وسلم لهم فضل ومكانة، ولكن كما قال علي رضي الله عنه، وقد سأله سائل: هل خصَّكم رسولُ الله صلى الله عليه وسلم بشيء؟ فقال: لَا والذي فَلَقَ الحَبَّةَ وبَرَأَ النَّسَمَةَ، إلا فهمًا يُعطيه اللهُ رجلًا في القرآن، وما في هذه الصحيفة. قيل: وما الصحيفة؟ قال: العَقْلُ (يعني: الديات) وفِكاك الأسير، وأن لا يُقتَلَ مسلمٌ بكافر. (رواه البخاري، ومسلم).

وليس في الإسلام إقطاعيات ولا خصوصيات، إلا أن الله يفضِّل بعض الناس على بعض في «الفهم»، وقد فضَّل الله عليًّا رضي الله عنه من آل البيت، كما فضَّل أبا بكر وعمر ومعاذًا وابن عباس رضي الله عنهم.

العقل الإسلامي يجب أن يكون عقلًا علميًّا معرفيًّا، بعيدًا عن الخرافة

والوهم والتعلُّق بالأسطورة، وأن يتجه صوب الاكتشاف ومعرفة السنة والنواميس والأسرار التي أودعها الله في خلقه وكونه.

والقرآن كان شديد الوضوح في مسألة علم الغيب، حتى قال سبحانه: {عَالِمُ الْغَيْبِ فَلا يُظْهِرُ عَلَى غَيْبِهِ أَحَدًا * إِلَّا مَنِ ارْتَضَى مِنْ رَسُولٍ} (الجن: ٢٧، ٢٦).

فأخبر ألا أحد يظهر على الغيب، إلا مَن ارتضاه الله من الرسل، وحتى في شأن الرسل، فهم لا يعلمون الغيب كله، ولذا قال: {فَإِنَّهُ يَسْلُكُ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ رَصَدًا} (الجن: ٢٧)، فالغيب الذي يعرفونه هو الوحي الذي يُوحى إليهم فيما يتعلَّق بالبلاغ والحجة والرسالة، والآيات التي يجعلها الله مصداقًا لدعوتهم.

لن نحقِّق الرُّقي والحضارة ونحصل على التقدم المعرفي؛ ما لم نُعْمِل العقول بالمنهج العلمي الصحيح، ونحرِّرها من الأوهام، خاصة تلك الأوهام التي تستحوذ عليها باسم الدين!

الفقاعات الإعلامية، والأفلام التي تتحدَّث عن نهاية العالم عام (٢٠١٢م)، أو هرمجدون؛ هي تقحم في مجاهيل تربك عقول الناس، وتستنزف ثرواتهم، وتجعلهم يعيشون في رعب متواصل.

ها هو العالم ودّع الموعد المزعوم ولم ير نهايته، وها هم الواهمون يستعدون لضرب موعد جديد يخدعون به أصحاب العقول المريضة!

حين يكتشف الناس الحقيقة يكونون قد خسروا كثيرًا.. كم من الأموال أُنفقت في سبيل الحصول على مادة تستثمر الإثارة وتهجم على الغيب بلا رَوِيَّة؟

حين أعلنت وكالة (ناسا) كذب الادعاءات المنسوبة إليها من أنه

سيكون ثَمَّ عاصفة تعيد العالم إلى عصر القرون الوسطى.. شكَّك الكثيرون في الإعلام وصدَّقوا الكذبة!

ربما لأنها كانت أسبق، وبعضهم يظن أن الأمر حقيقي، ولكن السياسة تريد أن تحجر على الخبر..

السياسة تبيع الوهم، من نوع آخر، أوهام الوعود الانتخابية التي تُعطي الناس الشمس بيد والقمر بالأخرى، وتكسب على حساب المسحوقين والمحرومين، هي تمارس بيع الوهم، وتمارس تخدير العقول، حتى لا تكتشف الوهم.

أو أوهام السهر على راحة الشعوب وأمنها وأمانها، وكأنها وحوش متهيئة للانقضاض، وتحت هذا الغطاء تصادر حقوقها.

ضحية الوهم:

الإيمان بالذات وقدراتها وتطلعاتها، هو إيمان بخالقها المبدع الذي قدَّر فهدى، والذي خلق فسوَّى.

والوهم تدمير للذات، وتسلط لقوى سلبية عليها، تنهكها حتى الموت.

خيط رفيع بين الأمل الموهوم المذموم «حب الدنيا وطول الأمل»، وبين الأمل المشرق الدافع للحياة والعمل والإبداع.

بعد الستين صار لا يفتأ يردِّد أن: العمر مضى، ولم يبق كبير وقت لعمل شيء آخر. وكلما حدَّث عن مشروع قال: «ما يمديني!».

صديقه الآخر كان ذا لغة إيجابية ونظرة متفائلة، لم يشأ أن يموت قبل حتفه، ولذا صارت النهاية التي يفكِّر فيها حافزًا له ليغتنم الفرص، ويضاعف العمل، وهو يردِّد:

وَإِنَّمَا المَرءُ حَدِيثٌ بَعدَهُ فَكُن حَدِيثًا حَسَنًا لِمَن وَعَى

وبذا صار أصح وأعفى.. وظل «قلبه أخضر» يشعر بالمتعة والحيوية والحماس.

يظن نفسه مهمًّا أكثر من اللازم، ولذا صار يتخيَّل أن الأجهزة الأمنية في أكثر من قطر ترصده، فهو يدقِّق في طعامه وشرابه وذهابه وإيابه، وحين يسأله مَن حوله يردِّد: الشاباك، والسافاك، والكي جي بي، والسي آي أيه.. والقائمة الطويلة التي انهار بعضها دون أن تبلغ منه شيئًا!

رأيتُ ذات مرة سجينًا لا يملك أمر نفسه، ولم يجد مَن يكفله ليخرج، وهو يتحدَّث بثقة غريبة عن دوره في تشكيل حكومة ذاك البلد، وخلع الرئيس في بلد آخر، وإحداث الاضطرابات في ثالث.

الإحساس المفرط بالعظمة حتى يظن امرؤ نفسه عظيمًا أو ابن عظيم، أو جد عظيم، جميل أن يتفاءل المرء، لكن أن يعتقد بسبب ضلالة نفسية أنه مبعوث خاص للعناية الإلهية، فهو المهدي، أو المسيح ابن مريم، أو جد المهدي، ولعله أقرب إلى «الدجال».

هنا يتوجب فحص قدرات المرء العقلية، وتوازنه ومزاجه النفسي، وربما كان في حالة من تلبس الوهم، واضطراب الحواس، أو الفصام، أو الذهان، وهي أمراض عرفها الطب الحديث، وشخَّصها بصورة فعالة.

فتاة تؤكِّد أنها مريضة بداء خطير، وأن في بطنها ثعبانًا «عمّالْ يلفْ ويلفْ، ويروح للقلب وللرئة وللكبد وللكلى وللمعدة!».

ثم يتبيَّن أن أختها وجدّتَها أصيبت بشيء من الوسواس وتوهم المرض،

الذي لم يجد مَن يدفعه، حتى تحوَّل إلى حقيقة وأقعدها.

تحكي الأساطير عن رجل شاهد الوباء وسأله إلى أين؟ قال: إلى قرية كذا، فقد أمرتُ بخمسة آلاف منهم. وحينما عاد الوباء رآه الرجل في الطريق وقال له: لقد حصدت خمسين ألفًا؟

فرد الوباء بأنه حصد خمسة آلاف، أما البقية فقد حصدهم الوهم!

حين ترى الناس يتساقطون حولك تبدأ الأسئلة والشكوك والاحتمالات، وما لم يكن في النفس قوة وثقة، وفي القلب شجاعة وجرأة، وفي العقل يقظة وملاحظة، فربما سقط صريع الوهم مَن لم يسقط صريع الوباء!

يحدِّث مَن حوله في مجالسه بأنه يرى أشباحًا ويسمع أصواتًا، شركاؤه لا يرونها، وهو غير معني بهذا؛ فهو وحده المختار لهذه المهمة، وهو لا يقدر على تكذيب شيء محسوس، فالجني يشاركه فراشه، وهذا الطائر الذي يدخل مع النوافذ المغلقة والأبواب المحكمة ويقبع هناك وينظر إليه بتحديق وتركيز، يثير لديه الرعب والذعر.

والجن هم خلق حقيقي في محكم التنزيل، بيد أن غيابهم مدعاة لنسج الكثير من القصص، وهم مفزع للنفوس الضعيفة التي تخلق الأوهام وتستجيب لها.

وَهْمُ الخوف من الحوادث المستقبلة، يرى في منامه أن حربًا ستقوم، ويحس بحاسته السادسة -كما يظن- أن مشكلة عويصة ستهجم على حياته الأسرية وتنغص عيشه، وإحساسه الخفي يوحي له أن زوجته تخونه، ينسى الأشياء الكثيرة واليومية التي توقَّعها ولم تحدث، ولا ينسى أنه ذات مرة توقَّع حادث سيارة فتحقَّق الأمر..

وحين يتحدَّث إلى طبيب أو خبير، يبادر بأن مشكلته أنه كلما حلم أو خطر في باله شيء فإنه يحدث ولابد!

يتحدَّثون عن وهم المرض الإلكتروني، طالب الطب الذي اطلع في سنته الأولى على الأمراض وأعراضها، ولما كان جداره قصيرًا ونفسه مهيَّأة لتقبل الوهم، صار يشك في أنه مصاب، ولذا يذهب للشبكة العنكبوتية يبحث عن أعراض المرض بشكل أكثر تفصيلًا، ولا غرابة أن يجد عرضًا منها يشبه شيئًا يجده ليلتقط خيط الوهم الذي لا يزال يلتف على قلبه وعقله قبل عنقه.

في الحالات كلها هو يعتقد بأن تصنيفه ضمن المحتاجين للعلاج النفسي هو تصنيف ظالم جائر يفتقر إلى السماع منه، والسماع منه لا يعني فرصة أن يتحدَّث، بل أن يقنعك.

لقد كتب أحدهم لي دفاتر عديدة ومفصَّلة، وبعد قراءتها، وعدني بأنه سيبعث المزيد منها!

لماذا ينقاد الإنسان للوهم؟

- شخصية فيها اهتزاز وقابلية وضعف موروث لتقبل الوسواس أو الشك أو الاكتئاب.

والإيمان والوعي بالذات، يساعد على الخروج من المعاناة.

- الصدمات والمفاجآت؛ بموت القريب، أو إخفاق الصفقة، أو فشل الزواج تعطي رغبة عابرة بالوهم، يخرج بها من الإحساس بالألم، أو تعذيب الضمير.

- الأوقات الحرجة كأيام الاختبارات، أو فترة الخطوبة والاستعداد لإتمام الزيجة، أو الحالات التي تتزايد فيها الضغوط تضاعف احتمالات الإصابة.

- الكلمات التي يرددها، تملي على عقله المخزون تعليمات صارمة بالقبول والاعتقاد، وفي حديث أبي سَعِيد الخُدْرِيِّ رضي الله عنه مرفوعًا: «إذا أصبح ابْنُ آدم، فإن الأعضاءَ كلها تكفِّرُ اللِّسَانَ؛ فتقول: اتَّقِ الله فينا؛ فإنما نحن بك، فإن استقمتَ استقمنا، وإن اعوججتَ اعوججنا». (أخرجه أحمد، والترمذي).

والذي يردِّد كلمات سمعها منذ الطفولة تجاه نفسه أو أسرته أو حياته ومستقبله؛ من إيعاد بالشر، وتحريض على الفشل والإخفاق، وتطبيع للنكوص، وتأهيل لتقبُّل الآفات والأمراض.. هو يعد نفسه للطريق الذي اختاره دون أن يعي.

والذي يردِّد كلمات إيجابية دون اعتقاد وتواطؤ قلبي، هو وإن كان خيرًا من الأول، إلا أنه يقوم بعملية تمثيلية وكأنه يخادع نفسه، لن تفعل الكلمات الإيجابية فعلها الملموس ما لم يستسلم العقل والقلب لمعانيها، ولو بصفة جزئية.

ليس من الوهم أن تلح على نفسك بأنك سعيد ومحظوظ؛ فالسعادة بقربك، وفي متناولك، وهي ينبوع يبعث في داخلك، قطراته صغيرة، ولكنها كافية ومبهجة متى استمعت إلى وقعها، أو شاهدت لحظات انبثاقها الجميلة.

لا تتحدَّث عن المستقبل وكيف ستكون سعيدًا، تحدَّث عن الحاضر وأنك الآن سعيد، سعيد بزوجك وأطفالك وعملك {وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّثْ} (الضحى: ١١).

لا تبالغ في توهُّم «العين»، العين حق، ولكن التوكل حق أيضًا، ومَن حولك ليسوا دائما سيئين ولا حسدة؛ هم يتمنون لك الخير.

وحين لا تجد هذه الجماليات في حياتك، فيمكنك أن تتحدَّث عن نعمة القناعة والرضا والصبر، وعن مجهود طيب تقوم به لتحقيق الآمال.

هل سمعت عن «أوهام الرجل السبعة عن المرأة»؟ إذًا فاقرأ النكت المجانية التي ترسل إليك عبر جوالك أو إيميلك عن المرأة الخليجية واللبنانية والمصرية.. إلخ.

أحدهم أحب أن يبعث لي بنكت وتردَّد، فتحايل وقال: «ترى ما أرسلتها علشان تضحك، علشان تقيّمها وتحكم عليها»!

اعتقاد أن المرأة لا يمكن أن ترضى أبدًا، هذا وهم، وحين أخبر النبي صلى الله عليه وسلم أن المرأة قد تقول عند الغضب: «مَا رَأَيْتُ مِنْكَ خَيْرًا قَطُّ». (أخرجه البخاري، ومسلم)، فمعناه -والله أعلم- أن تعبير المرأة لحظي، لا يجب أن يؤخذ بعمومه وشموليته، وإنما هو إحساس اللحظة الحاضرة، ويقابله إحساس إيجابي في لحظة أخرى تقول فيها:

أنت كل شيء بالنسبة لي، وأنا من دونك لا شيء، حياتي من دونك عدم.

والحديث حفْز لبنات حواء على ضبط اللغة والرقي بها، نعم لن يخرج المرء عن كينونته الفطرية، ولكنه يتسامى بها إلى أفق أعلى.

الشك في تدين المرأة وأمانتها وأنها أقل من الرجل، فهذا ليس دقيقًا، والذي يظهر لي أن المرأة تميل بطبعها العاطفي إلى التدين أكثر من الرجل، وأعرف حالات كثيرة تحافظ المرأة على صلاتها وعبادتها وأخلاقها، بينما الرجل قد يكون مدمنًا أو مسرفًا على نفسه.

لا علينا، فالقصد ليس صناعة معركة بين جنسين، كلاهما وجهان لعملة واحدة، وإنما دفع الأوهام العامة التي تنتشر كاعتقادات قطعية

عند شريحة من الناس.

حتى موضوع «المَحْرَم» ليس تشريع مصاحبته للمرأة هو بصفة رقيب حسيب عليها، وإنما بصفة الحامي لها من الخطر والعدوان والابتزاز.

وهم الحب، ليس هو الحب.

ثبت علميًّا أن الإنسان -والمرأة خاصة- إذا أحب، فإن منطقة التفكير في الدماغ تكون كسولة، ومعنى ذلك أنه لن يفكر في المستقبل بقدر ما يفكر في لحظته الحاضرة، وعلى النقيض فمنطقة العواطف تكون ساخنة وملتهبة، ولذا كان الحب أعمى!

حذار من «وهم الحب» فهو أعمى، وقاتل سفاح أيضًا!

الحياة ليست فيلمًا سينمائيًّا ولا لحظة رومانسية ولا وعودًا براقة، هي وعي ومسؤولية وشراكة، ومَن ليس جديرًا بها، ليس جديرًا أن يمنح الحب، ولا أن يصدق في دعوى الحب.



41

الشك مدى الحياة

◆

أحيانًا تحتاج إلى أن تموت حتى يمنحك الآخر الثقة، ويرفع اسمك من دائرة «المشكوك فيهم».

هذا بالضبط هو ما نمارسه، كسياسيين، وكأحياء!

نظرة الريبة قد تبدو رحيمة أحيانًا إذا قارناها بنظرة الاتهام!

حين نحاكم المفكر نعتبر أن من الحصافة والذكاء، بل ومن الإخلاص للمبدأ، وصدق الانتماء أن نرسم هذا الإنسان ممثلًا مخادعًا يخفي ما لا يظهر، ويظهر ما لا يخفي، ولديه أحلام وطموحات وتطلعات، وما نعلمه منه ليس سوى «رأس جبل الجليد »، وكأننا نعتقد أنه سيعيش ألف سنة حتى يتمكن من نفث سمومه وأفكاره، والبوح بشره وغدره!

المجموعات المتخالفة تكشف إحداها عن خطط مدروسة وأبعاد غير مرئية، ومقاصد مستنبطة لم يحن الوقت لإعلانها، ولو عمرت

هذه المجموعات ما عمر نوح لرأينا كيف تبين عن نفسها وتكشف مخبوءها!

الحكومات أدمنت الشك والريبة على قاعدة:

أسأت إليّ فاستوحشت مني ولو أحسنت آنسك الجميل!

وصارت قاعدة «الشك هو الأصل حتى يثبت العكس» هي المحكمة.

وأنى للعكس أن يثبت!

لأن الكلام مهما كان سليماً وصحيحًا ومعتدلًا فيبقى أننا لا نعرف بواطن النفوس وسرائر القلوب وغوامض النوايا..

وما يدرينا ماذا عسى أن تخفي تلك الكلمات الجميلة والعبارات اللطيفة!

قلت يومًا لأحدهم: هب أن مَلَكًا كريماً من ملائكة السماء شهد لفلان عندك الآن بما يدفع الشك والريبة، فإن الْمَلَك لا يعلم الغيب وإنما يشهد بما يعلم، فهو يحكي لك ما يراه الآن في قلب هذا الإنسان، وعساه أن يتغير فيقع لك الشك بعد صعود الملك إلى عليائه وانقطاع شهادته!

هب أن الله أطلعك على قلبه فرأيت صفاء كصفاء النجوم، ونقاءً كنقاء الغيوم، ورأيت نبلًا وحبًا للخير، وطهارة كطهارة ماء البحر، ثم أغلق القلب على ما فيه، وانصرف كل إلى حال سبيله فلسوف يعاودك الشك والظن وتغشاك الريبة، وتقول: ماذا عسى أن يكون طرق قلبه من بعدي، وما يؤمنني والقلوب بين أصبعين من أصابع الرحمن يقلبها كيف يشاء؟

وبهذا المنطق المظلم لن يصبح للكلام قيمة ولا معنى ولا دلالة، لأن من المحتمل أن يكون تلبيسًا أو تدليسًا أو خداعًا، وكأن الناس كلهم مخادعون، وأنت من بينهم استثناء، فأنت الصادق البار الراشد الذي يتطابق ظاهرك وباطنك، وسرك وعلانيتك!

أقرأ أحيانًا مقالات تحليلية تؤثر الصدود عن الواقع المشهود، والسياق الطبيعي في تحولات الأفكار للأفراد والجماعات؛ فأجد من لا يريد أن يقرأ الأشياء وفق طبيعتها السننية، وسياقها الفطري، وتحولها المتدرج، ليصور الآخرين وكأنهم ذئاب استبطنت الغدر، وطوت دخيلتها على الوثوب، وإنما هي تنتظر وقتها الملائم وفرصتها المواتية، وثم نفوس كريمة تحسن الظن، وإنما حسن ظنها من حسن فعالها وطيب داخلها. ونفوس أخرى تؤثر التحري والتثبت وتستزيد من الأدلة والبراهين، وحق لها ذلك فقديمًا كان عمر يقول: «لست بالخِبِّ ولا الخِبُّ يخدعني».

ولكن الشأن فيمن يتعمد الصدود عن واقع يشهده، ويحاول أن يقرأ ما بين السطور، أو يبحث بين الحروف، فإذا لم يجد وأعيته الحيلة سارع إلى اتهام النية والتشكيك في المقصود، وطرح أسئلة حول «الأهداف»!

كان المتنبي يقول:

إِذا ساءَ فِعلُ المَرءِ ساءَت ظُنونُهُ ... وَصَدَّقَ ما يَعتادُهُ مِن تَوَهُّمِ

وَعادى مُحِبّيهِ بِقَولِ عُداتِهِ ... وَأَصبَحَ في لَيلٍ مِنَ الشَكِّ مُظلِمِ

المبتلى بالريبة والشك لا يزال في اضطراب، يحسب كل صيحة عليه، وهو يظن أن من الذكاء والفطنة أن يحاصر الآخرين بالأسئلة والحق

أنه يحاصر نفسه، ولا يزال الشك يفتك بنفسه حتى يشك بأقرب الناس إليه، فلا يبقى له صديق..

تألف بعض النفوس الشك حتى يرديها، فلا تزال في ريبها تتردد كما قال سبحانه: {فَهُمْ فِي رَيْبِهِمْ يَتَرَدَّدُونَ} (التوبة: ٤٥)، حتى يفاجئها الموت فيقطع حيرتها، أو يفجأ من شكت فيه فتدري حينئذٍ أنه لن ينكشف لها عن جديد فتركن إلى ما عرفت وتهدأ مخاوفها.

ولعله لهذا أصبحنا كثيرًا ما نظلم الأحياء ونجحف في حقهم، وقد ننصف الأموات ونعطف عليهم.. ولهذا قيل:

لَا ألفينّكَ بَعدَ المَـــوتِ تَندُبُني   وَفي حَيَـــاتِيَ ما زَوَّدتَني زادي!

وهذا منادي رسول الله صلى الله عليه وسلم يقول: «يا معشرَ مَن آمنَ بلسانه ولم يدخل الإيمانُ قلبه، لا تغتابوا المسلمين، ولا تَتَّبعوا عوراتهم فإنه مَن اتَّبَعَ عوراتهم يَتَّبع اللهُ عورته، ومَن يَتَّبع اللهُ عورته يفضحه في بيته». (أخرجه أحمد، وأبو داود، والترمذي، وابن حبان).

وهذا منادي الله تعالى يقول:

{يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبْ بَعْضُكُمْ بَعْضًا أَيُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَنْ يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَحِيمٌ} (الحجرات: ١٢).

فالظن السيئ مدعاة للتجسس، والتجسس مدعاة للغيبة

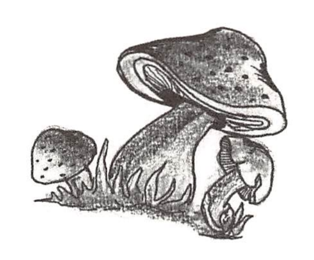
خـــذ من النـــاس مـــا ظهـــر   ودع الأمـــر الـــذي استتـــر

واشتغـــل بالعيـــب في نفـــســـك عن عيـــوب البشـــر

رب أمـــرٍ أنـــت كبـــرتـــه   ولـــو كنـــت صغـــرتـــه لصغـــر

إن ملامح الوجوه، ونبرات الأصوات، وسيماء الشخوص، وديمومة الوقت لهي آيات بينات تكشف حقائق النفوس ودوافعها وتبين الصادق من الكاذب!

إِذا اِشتَبَهَت دُموعٌ في خُدودٍ تَبَيَّنَ مَن بَكى مِمَّن تَباكى





42

أخي غيور

«أخي الأصغر لا يحب إلا نفسه، وينظر إلى الغير باحتقار، وهو لا يملك شيئًا زائدًا عنهم، والطامة أنه لا يعترف بالخطأ مطلقًا، يريد أن يستحوذ على والديه، وعلى ما لديه، ولا يكفيه هذا فهو كثير التذمر من بخس حقه، وتفضيل الآخرين عليه».

هذه عينة لمشروع غيرة تتفاقم مع الزمن إذا لم يتداركها صاحبها!

يريد أن يصل هو لكل شيء، المديح والمال والإعجاب والنجاح والتفوق والاهتمام.

يجب أن يكون ذلك له وحده، ولذلك يقع في الحسد، وتتعب نفسه إن مدح غيره أو تفوق، وكأنه غصبه حقًا موقوفًا عليه.

سئل الحسن البصري: أيحسد المؤمن؟

قال: أو نسيت إخوة يوسف!

شقيق يقتل شقيقه في أول جريمة إنسانية {فَتُقُبِّلَ مِنْ أَحَدِهِمَا وَلَمْ يُتَقَبَّلْ مِنَ

الْآخَرِ قَالَ لَأَقْتُلَنَّكَ قَالَ إِنَّمَا يَتَقَبَّلُ اللَّهُ مِنَ الْمُتَّقِينَ} (المائدة: ٢٧).. {فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ} (المائدة: ٣٠).

يقلل من شأن غيره ليستمر هو الأفضل، يهدم أبراجهم ليكون برجه الأعلى في المدينة، يعوق مسيرهم لئلا يصلوا إلى نقطة الفوز.

المتعامل معه لا بد أن يكون هو الخاسر في كل صفقة، والمهزوم في كل نقاش.

حتى في تعامله مع الله هو يبحث عن ذاته، في صلاته وسجوده يشعر بالتعاظم.

في دعائه لا يبقي مجالًا لحكمة الله، وإنما يصر على ما يريد وما يرى، وفرق بين الإلحاح الخاشع المؤمن، وبين الإصرار الجاهل المغرور {وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَعْبُدُ اللَّهَ عَلَى حَرْفٍ فَإِنْ أَصَابَهُ خَيْرٌ اطْمَأَنَّ بِهِ وَإِنْ أَصَابَتْهُ فِتْنَةٌ انْقَلَبَ عَلَى وَجْهِهِ} (الحج: ١١).

حين يعاتب يكون قاسيًا، ولا يهتم بمشاعر من يعاتبه.

سريع الإحساس بالإهانة التي لا يمحوها الاعتذار، فهو لا يغفر بسهولة وذاكرته تحتفظ بمواقف تافهة، يعتقد أنها جرحت كرامته.

شديد الغضب، وسرعان ما يتحول غضبه إلى حقد.

مفتاح العطاء يتعلمه طفل تدربه أمه على العناية بأخته الرضيعة، وكيف يساعدها، وكيف يحضنها ويقبلها، بدلًا من الصراخ الدائم في وجهه بسببها، والخوف المفرط منه عليها.

حاولت أم أن تقلل من أهمية الرضيع، وقالت للذي يكبره: سوف نرميه في النفاية!

ذات مرة قام الطفل بهذه المهمة، وسحب أخاه مع الدرج ليرتطم رأسه

بالرخام في كل مرة، ثم رماه كما سمع من أمه!

التربية السهلة الممتنعة تستطيع أن تجعل من وجود الأبوين والأسرة شراكة تولد قدرًا من الحب بين الإخوة بدل النفور والتزاحم، وشعور الطفل بأن ما يعطى للآخر هو على حسابه.

العدل بين الأولاد شريعة واجبة «اتَّقُوا اللهَ واعدلُوا بين أولادكم» (أخرجه البخاري، ومسلم).

والأولاد هم الذكور والإناث معًا، فالعدل واجب بين الولد والبنت، ولا تدرون أيهم أقرب لكم نفعًا.

أعرف بعض الأقارب كبروا ومرضوا فلم يجدوا إلا البنات، وبيوت البنات، وأزواج البنات، وأولاد البنات!

تشتعل الغيرة غالبًا بين شركاء العمل الواحد، أو الميدان الواحد، تجارة، أو دعوة، أو إعلام، أو حراك سياسي.

الداعية يغار حين يجد جمهورًا محتشدًا لزميله، ولكنه لا يجد ذلك الإحساس حينما يشاهد مدرجات الرياضة مكتظة بالشباب!

ربما كانت المحاضرة حديثًا عن الإخلاص والتجرد والخلوص من حظوظ النفس!

التاجر العادي يغار حينما يتفوق عليه جاره في جلب الزبائن، ولكنه لا يقرن نفسه مطلقًا بالمليارديرات الكبار.





43

لماذا تخاف؟!

تقول الحكاية القديمة «دق الخوف الباب، ففتح الإيمان الباب، وعندها لم يجد أحدًا في الخارج!».

هكذا المعادلة الصحيحة عندما يزيد الخوف تلجأ إلى الإيمان، وتسبح في ملكوت السماء، وتشعر أنك لست وحدك وأن الله معك.

أنا خائف!

لم لا أخاف؟!

والخوف إحساس فطري!

جعله الله- تعالى- في الإنسان وفي الحيوان؛ حتى يزيد كفاءته في مواجهة المواقف الصعبة، وليعينه على قتال عدوه أو مواجهته أو الفرار منه، ويحمله على حسن التصرف في مواجهة الأخطار.

لم لا أخاف؟!

والخوف غريزة تولد مع الطفل؛ تربيه على ألا يسقط من السرير -مثلًا-

أو لا يسقط في الماء، أو لا يقترب من الحار أو النار حتى لا تكويه أو تؤذيه.

ومالي لا أخاف؟!

وقد ذكر الله الخوف الطبعي عن نبيه العظيم موسى؛ فقد قتل قبطيًا؛ فأصبح في المدينة خائفًا يترقب.

ثم جاء من الغد وقد علم بخبر المؤامرة عليه، وأن الملأ يأتمرون به ليقتلوه؛ فخرج من المدينة خائفًا يترقب.

ثم وصل إلى مدين وقضى الأجل وسار بأهله وآنس من جانب الطور نارًا وسمع النداء ورأى النار؛ فولى مدبرًا ولم يعقب خائفًا؛ فقال الله سبحانه وتعالى له:

{أَقْبِلْ وَلا تَخَفْ} (القصص: ٣١).

ثم بعثه الله سبحانه هو وهارون إلى فرعون وهامان؛ فقالا:

{رَبَّنَا إِنَّنَا نَخَافُ أَنْ يَفْرُطَ عَلَيْنَا أَوْ أَنْ يَطْغَى} (طه: ٤٥).

ولما وصل إلى فرعون وبلَّغه الدعوة، كان من ضمن ما قال:

{فَفَرَرْتُ مِنْكُمْ لَمَّا خِفْتُكُمْ فَوَهَبَ لِي رَبِّي حُكْمًا وَجَعَلَنِي مِنَ الْمُرْسَلِينَ} (الشعراء: ٢١).

هذا الخوف بعفويته وفطريته كان عاقبته خيرًا.

ولذلك يقول بعض العلماء:

إن الإنسان خائف بالطبع، كما هو مدني بالطبع.

يقول ابن الرومي:

لِمَا تُؤذن الدنيا به من صروفها يكون بكاءُ الطفل ساعةَ يُولَدُ

وإلا فما يبكيه منها وإنها   لأفْسَحُ مِمَّا كان فيه وأرْغَدُ

الخوف المعتدل محمود، كالنوم والأكل والشرب والنكاح، التي هي وجه آخر للكمال البشري؛ تتجلى فيه صفة الخالق المبدع في قهر الأشياء وتذليلها.

لماذا الخوف نقص؟:

لأنه نتيجة صفتين:

- الجهل؛ فهو يخاف من الأشياء التي يجهلها، ولذا توجه الإنسان في الجاهلية إلى عبادة مظاهر الطبيعة التي يخشاها، كالأفلاك، والنار.

والفلاح يحافظ عادة على أدواته القديمة ولو كانت عقيمة، وكذلك التاجر.

- العجز، فيخاف من الأشياء التي يعجز عن مواجهتها.

ولذا فالله تعالى لا يخاف لأنه العليم القدير:

{فَدَمْدَمَ عَلَيْهِمْ رَبُّهُمْ بِذَنْبِهِمْ فَسَوَّاهَا * وَلا يَخَافُ عُقْبَاهَا} (الشمس: ١٤-١٥).

وفي المعنى أقوال:

أصحها أن المعنى أن الله دمدم على الظالمين وأهلكهم، ولا يخشى تبعة في ذلك، ولا يخاف عُقبى ما صنع.

وهذا الذي قاله ابن عباس، والحسن البصري، ورجحه ابن كثير في التفسير.

وأهل الجنة لا يخافون ولا يحزنون، ولكنهم يرجون ويحبون.

وهذا دليل على فضيلة الحب والرجاء، وتقديمها على الخوف.

{ادْخُلوا الْجَنَّةَ لا خَوْفٌ عَلَيْكُمْ وَلا أَنْتُمْ تَحْزَنُونَ} (الأعراف: ٤٩).

درجات الخوف:

عقد الشيخ أبو حامد الغزالي في «الإحياء»، فصلًا جميلًا عن الخوف، وكذلك ابن القيم في «مدارج السالكين»، وذكروا أن الخوف ثلاث مراتب:

١- الخوف الذي يُفضي إلى العمل الصالح، والعلم النافع، ويحدو إلى الخير وإلى المسارعة، ومواجهة الصعوبات، وحل المشكلات، وقبول التحدي.

٢- الخوف الذي يزيد؛ فيفضي إلى القنوط واليأس من رحمة الله تعالى بنفسه، أو تيئيس العباد من هذه الرحمة، فهذا مذموم.

ومثله: الخوف الذي يفضي إلى مرض أو ضعف.

٣- الخوف الضعيف؛ الذي لا يعدو أن يكون حديث نفس وحركة خاطر، ولا يظهر أثره على الجوارح والعمل، ولا يردع عن المعصية، ولا يحرك إلى الطاعة.

وما من مؤمن إلا وعنده قدر من الخوف من الله قلّ أو كثر: {فَلا تَخَافُوهُمْ وَخَافُونِ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ} (آل عمران: ١٧٥).

الخوف: انفعال واحد ضمن انفعالات عديدة وكثيرة تشكل مزاج الإنسان، وتحكم نفسيته.

ومن اعتدال الخوف: ألا يطغى على غيره من المشاعر، وهذه لفتة تربوية عالية.

الخوف ليس هو أهم المشاعر والعواطف والانفعالات.

ولذلك يقول بعضهم، وينسب لمكحول الدمشقي:

«مَن عبد اللهَ بالخوف وحده فهو حَرُوريٌّ».

يعني: من الخوارج؛ لأنه غلب عليهم الخوف، فبالغوا في التعبد، وآذوا عباد الله، وأحدثوا أعظم وأول وأكبر فتنة في التاريخ الإسلامي.

وكان أصل انحرافهم المبالغة في الخوف.

قال: «ومَنْ عبد اللهَ بِالحُبِّ وحده فهو زِنْديقٌ».

لأن بعض أصحاب الطريق بالغوا في التغني بمحبة الله، وألغوا جانب الخوف والرجاء.

قال: «ومَن عبده بالرجاء وحده فهو مُرْجِئٌ، ومَن عبده بالحُبِّ والخوف والرَّجاء فهو مؤمنٌ موحِّدٌ».

وينقل عن الإمام أحمد أنه كان يقول:

ينبغي أن يكون خوفه ورجاؤه واحدًا.

والأكمل أن يكون الخوف والرجاء متساويين، وأن تغلب المحبة عليهما.

شبَّه ابن القيم القلب بالطائر، الحب رأسه، والرجاء والخوف جناحاه.

والرجاء قد يكون أولى من الخوف في أحوال، والخوف قد يكون أولى من الرجاء في أحوال، والحب أولى منهما معًا.

نفسية الإنسان تشبه وجبة الطعام: مقدار من الماء، ومقدار من الرز، ومقدار من الملح، ومقدار من الزيت، ومقدار من البهارات!

تذوق الطعام تجده مالحًا، أو خانسًا أو نيئًا أو محترقًا أو نضيجًا.

الاهتمام الزائد بشيء ما قد لا يكون «انحرافًا» بالمعيار الشرعي، ولكنه لا يمثل الصورة المعتدلة المعيارية.

وأيهما أفضل: الخوف من الله، أو الخوف من الذنب؟

الخوف من الله؛ وقد يوجد إنسان ليس له ذنب، وعنده خوف من الله. وهذا سبب الفوز بالجنة: {ذَلِكَ لِمَنْ خَافَ مَقَامِي وَخَافَ وَعِيدِ} (إبراهيم: ١٤).

ذكر النبي عليه السلام قصة رجل حضره الموتُ، لما أيس من الحياة، أوصى أهله: إذا مُتُّ فاجمعوا لي حطبًا كثيرًا، ثم أوروا نارًا، حتى إذا أكلت لَحمي، وخلصت إلى عظمي، فخذوها فاطحنوها، فذروني في اليم في يوم حارٍّ أو راح. فجمعهُ اللهُ، فقال: «لم فعلت؟ قال: خشيتك. فغفر له». (أخرجه البخاري، ومسلم).

الرجل أنكر القدرة عن جهل؛ فلم يؤاخذه الله وغفر له.

عندما أعد هذا الكتاب، وأجمع مادته؛ يصاحبني قدرٌ من القلق محمود؛ لأنه يحمل على الإنجاز والتحسين.

لو أن القلق: استولى عليّ وأربكني وسبَّب أرقًا وسوء هضم، ترتب عليه سوء معاملة لزواري ومَن حولي! وجاءت طفلتي؛ فنهرتها وزجرتها! وأسأت معاملة زوجي!

فهذا مذموم، لأنه يصنع نفورًا عندي من مثل هذه الأعمال، وتبعًا لذلك انقطاعًا عنها.

ولذلك كان المنبتُّ لا أرضًا قطع ولا ظهرًا أبقى (المنبتّ: المسرع في مسيره بما يضر المركوب).

وفي التوجيه النبوي «سدِّدُوا وقاربوا، واغْدُوا ورُوحوا، وشيءٌ من الدُّلْجة، والقَصْدَ الْقَصْدَ تبلغوا». (أخرجه البخاري).

القصد هو الاعتدال، أي: لا تزد الجرعة ولا تنقصها.

الخوف على الأمة، وعلى الإسلام، والخوف من أعداء الداخل، وأعداء الخارج، والخوف من المستقبل، والخوف من النفس، ومن

الآخرين.. قائمة طويلة يجب أن تكون معتدلة في نفسها بلا إفراط ولا استهانة، ومتوازنة مع المشاعر الإيجابية الأخرى التي تصنع المزاج النفسي للذات، وللجماعة.





44

تأليل الإنسان

◆

أردت أن أخرج ذات صباح؛ فوجدتني أعبئ جيوبي بهاتف خلوي ذات اليمين وآخر ذات الشمال، وأتفقّد آلة كانت في يدي، وأتّجه لآي باد لأصحبه، وأعيد جهاز التحكم (الريموت) إلى موضعه، لأخلص بعد ذلك إلى السيارة وتوابعها وملحقاتها، وأفكر أن أضع معي كيسًا أو حقيبة صغيرة تجمع هذه الأشتات، وتحفظها من الضياع!

إنها صحبة تحيط بالإنسان، بدءًا من نومه حين يضع المُنبّه أو الجوّال، ومرورًا بخيالاته قبل النوم، التي هي انعكاس لما رآه على الشاشة، أو في الشبكة العنكبوتية، وقوفًا عند أحلامه المنامية التي أثّرت عليها الشاشة، ولعل المنام خير تعبير عن التأليل؛ حيث يتجرّد المرء من المقاومة والتمثيل، ويستسلم للمؤثرات الحقيقية، ولا يكاد حلم يَمرّ إلا والآلة حاضرة فيه، ومعظم ما كان خيالًا في المنام في عصور

مضت، أصبح حقيقة؛ فالإنسان يطير، ويعيش في عالم من الغرائبيات والعجائب لا ينتهي، ويشاهد الأموات، ويسمع حديثهم!

ولعل المنام أكثر تمرّدًا من اليقظة على الواقع؛ فلا يزال في الأحلام متسع لمشاهد مركبة، وصور غريبة، لا وجود لها في المشهود الحي، وهو أكثر تعبيرًا عن التأثّر بالأشياء؛ حيث يتجرّد المرء من التكلّف ويستسلم لِلَاوَعْيِه.

وحين يصحو المرء؛ فأوّل ما يفعله هو الاتجاه لمصدر الصوت المنبه ليسكته، ثم يحرك زرّ الكهرباء، ليدخل في نوبة جديدة من دوامة الآلة!

كان الأئمة يتحدثون عن أثر صحبة الحيوان؛ كرعي الإبل أو الغنم.

وفي حديث أبي هريرة رضي الله عنه مرفوعًا «الفخرُ والخيلاء في أصحاب الإبل، والسَّكينة والوقارُ في أهل الغنم». (أخرجه البخاري، ومسلم).

قال ابن تيمية: «الآدمي إذا عاشر نوعًا من الحيوان اكتسب بعض أخلاقه، ولهذا صار الخيلاء والفخر في أهل الإبل، وصارت السَّكينة في أهل الغنم، وصار الجمَّالون والبغَّالون فيهم أخلاق مذمومة، من أخلاق الجمال والبِغال، وكذلك الكلَّابون، وصار الحيوان الإنسي، فيه بعض أخلاق الناس من المعاشرة والمؤالفة وقلة النّفرة؛ فالمشابهة والمشاكلة في الأمور الظاهرة، توجب مشابهة ومشاكلة في الأمور الباطنة على وجه المسارقة والتدريج الخفي».

فهل نتوقع أن الملابسة الدائمة للآلة لن تكون مؤثرة على الإنسان؟

وهل نظن أن الإنسان يعجز عن تأنيس الآلة لو أراد؟

لقد ركن الإنسان إلى المنتج الصناعي لأنه رياضي لا مفاجأة فيه ولا

غدر ولا خداع، بينما الناس يتظاهرون وينافقون ويخادعون، ونسي كم من البشر كانوا ضحايا الآلة من الأموات والمعاقين الذين يفوقون ضحايا الحروب.

وركن إليه؛ لأنه يمنح التيسير الهائل في الخدمة، واختصار المسافة والوقت، ومعالجة المشكلة؛ ونسي أن في مقابل ذلك ثمنًا يدفعه من صحته، ومن الأعراض الجسدية الناتجة عن الجلوس وعدم الحركة، أو عن الإدمان على المشاهدة، وتأثير ذلك على العين والأذن والأعصاب والظهر والمخ، وأشد من ذلك القلب.

إضافة إلى التأثير النفسي بالعزلة عن الناس، وعدم انتظام البرنامج الحياتي، والانفتاح غير المنضبط على الفُرَص والآفاق والمتغيرات، وينسى كم يفقد من المشاعر والأحاسيس والمعاني الإنسانية مقابل الراحة والاسترخاء.

وركن إليها بدافع الإغراء بالمزيد من المكاسب المادية والشخصية، ونسي أن القليل يكفي والكثير يلهي ويطغي:

يَوَدُّ الفَتى طولَ السَلامَةِ وَالغِنى فَكَيفَ تَرى طولَ السَلامَةِ يَفعَلُ

لقد ركن إلى الآلة لأنها لغة العصر وأسلوب حياته، ولذا فليس من الحكمة أن يمارس الفرد أو الأسرة قطيعة مع الآلة التي هي إحدى تجليات المنح الإلهية في تسخير الكون، وتسليط الإنسان عليها..

المشكلة إذًا في سوء الاستخدام، في الإسراف في ترسيم الآلة في حياتنا وتصرفاتها والاعتماد عليها، وفي ضعف روح الممانعة والوعي بخطورة

تسليم النفس لها، وفي تجاهل المعنى الإنساني للحياة والعلاقة مع الآخرين..

بدلًا عن تأليل الإنسان وصبغه بالمادية القاتلة، وإخضاع تفكيره وأشواقه وتطلعاته ومشاعره لثقلة الحديد، وصرير المكنة، ومنطق الحساب؛ يمكن التفكير في أنسنة الآلة، لتكون رافدًا أخلاقيًا جديدًا لتعزيز العلاقة داخل الأسرة، والحي، والمدينة، بل والأرض كلها، ومثل هذا لا يجوز أن نعارضه بأنه فكرة مبهمة، فالمبهم يُحلَل وَيُفَصّل، ولا بأنه المستحيل، فما أفلح الإنسان في صنع الآلة إلا بعد ما نزع فكرة المستحيل عن كثير من الخيالات.

إنه المجال الخصب الضخم الذي يتوافق مع قيمنا وعقيدتنا وإنجازنا التاريخي، ويحقق لنا الحضور الإنساني المتميز، ويجعلنا نخوض غمار التجربة والمحاولة والشراكة، بدلًا من الوقوف على الضفاف، أو الاكتفاء بالمشاهدة، أو مجرد الاستخدام.

دعونا نتدارس كيف يمكن توظيف المشاهدة أو اللعب أو الإنترنت أو التلفاز للتواصل بيننا، ولتنمية روح الفريق داخل الأسرة، وتعزيز الروابط بين الأصدقاء، وتبادل المعرفة والودّ والمحبة بين شركاء التخصص، وإعادة العلاقات الباردة بين زملاء الأمس إلى دفئها وحيويتها، وتسهيل تلقّي الخبرة والتجربة بين جيل الحاضر وجيل المستقبل، وبين جيل الأمس وجيل اليوم، وبين المختلفين في جنسهم أو لونهم أو ثقافتهم أو اهتمامهم..

ربما تسللت الأم إلى بنتها عبر الإنترنت من حيث لا تدري؛ فوجدت

روحًا أخرى لم تكن تتوقعها، واستطاعت أن تعبّر عن حبّها وشوقها وحرصها بما لم تستطعه مكاشفة ومواجهة، وربما تمكّن الأب من مخاطبة ولده برسالة جوال جميلة، لم تسعفه ملكته اللسانية من البوح بها.





45

تُذْمر



أحد أصدقائي كان يومًا عرضة لبعض الضغوط الرسمية، تمنى معها أن يكون مجهولًا، لا يعرفه أحد ولا يسأل عنه.

ثم توثقت صلاته ببعض المسؤولين، فصار يتذمّر من كثرة الاتصال، وسيل الأسئلة، والتمنيات التي هي توجيهات لابد من تنفيذها.

ثم تراخت الصلة؛ فصار يعتب على التجاهل والنسيان، وكأنني لست من أهل هذا البلد، ولا أحد يسأل عني، ولا أحد يدري أين ذهبت ومتى عدت!

انشغالك عنوان أهميتك، وأن يكون لديك مواعيد عدة متزاحمة، وبرامج كثيرة، ولديك أكثر من هاتف محمول، والعديد من البشر يتصلون ويطلبون اللقاء؛ يشعرك بالأهمية حتى إذا تمادى الشغل بدأ الضيق والتبرم؛ هؤلاء شغلوني حتى عن نفسي وأهلي..!

وحينما يصادف وقت فراغ أو إجازة ويخلو المرء بنفسه وأسرته بعيدًا

عن ضغوط الارتباط الاجتماعي؛ يتسلل الملل إلى نفسه، ويشعر بثقل الوقت ووطأته، وهو من دون عمل يعانيه، ومن ترك عادته فقد سعادته!

حين يجلس الأب مع أولاده وبناته، ويتكرر اللقاء، ويطول اللبث؛ يتضجر من الإزعاج وصراخ الأطفال، ويتململ من كثرة الطلبات، ويحس أن الاجتماع جعل العلاقة تفتر؛ فإذا ذهب بعيدًا تذكّرهم بشوق، وسالت دموعه، وحن إلى لثغة الصغار وضحكهم، بل وحتى صراخهم وبكاؤهم يصبح أمنية جميلة!

حين تكون طالبًا في مرحلة ما؛ تحسّ بثقل الدراسة، وتنتظر الإجازة الصيفية، وتحسب الأيام والليالي متى أتخرج؟ ومتى أنتهي من الدراسة، وأصبح موظفًا أو أبًا أو تاجرًا أو..

فإذا تخرج حنّ إلى أيامها، وردد ذكرياتها باغتباط، وتمنى لو تعود الأيام السالفات!

حين تدق طبول الحرب، وترتفع وتيرة المخاوف؛ يتذمر الناس من القادم المجهول، ويضيقون ذرعًا إزاء العجز عن فعل شيء مؤثر في مجريات الأحداث، وهم لا يملكون حولًا ولا طولًا، فإذا بسط السلام جناحه وطال الهدوء، وامتد الاستقرار إلا من منغصات يسيرة هنا أو هناك، بدأت بعض النفوس تتضجر من الرتابة والأيام المتشابهة والحياة العادية.

أحد الشباب مُولع بالمطر، هو في أول الذاهبين لصلاة الاستسقاء، وأحد المتابعين لأخبار السيول، ومن عشاق الربيع والصحراء، يطبّق سنن الغيث بدقّة، «مُطرنا بفضل الله ورحمته». (أخرجه البخاري، ومسلم).

يخرج من دون غُترة؛ ليبل المطر رأسه، وهو يقول «حديثُ عهد بربه تعالى». (أخرجه مسلم).

فإذا زاد المطر قال: «اللهمَّ حَوَالينا، ولا علينا». (أخرجه البخاري، ومسلم).

اتباعًا للسنة وإن كان في داخل قلبه لا يزال يطمع بالمزيد! سافر مبتعثًا إلى بلد غربي، وما هي إلا أيام وليالي حتى بدأ ينتظر الشمس بفارغ الصبر، ويشعر بالضيق حين يصحو فيجد الجو غائمًا أو مطيرًا.. وصار يردد:

الشمس أجمل في بلادي من سواها

و الظلام

حتى الظلام- هناك أجمل

موجة البرد تصنع الشوق للشمس ولو كانت حارقة، وشدة الحر تجدد اللهفة للبرودة.

وفي الحديث قال صلى الله عليه وسلم: «ابنُ آدم إن أصابه البردُ قال: حسِّ. وإن أصابه الحرُّ قال: حسِّ». .

وحس: كلمة يقولها الإنسان إذا أصابه ما مضّه وأحرقه..

هل المرء يريد الوسط؟:

كلا.

بل هو يريد التبدل والتنوع، شاب يريد أن يكبر، وكبير يود لو يصغر.

صغيـــر يطلـــب الكبـــرا   وشيـــخ ودّ لـــو صغـــرا

وخـــال يشتـــهي عمـــلا   وذو عمـــل بـــه ضجـــرا

ورب المـــــال في تعـــب وفي تعـــب من افتقـــــرا

ولعله في النهاية لا يعرف ما يريد، أو لا يريد أن يعرف.

ولذا جاء في صفة الجنة:

{خَالِدِينَ فِيهَا لا يَبْغُونَ عَنْهَا حِوَلاً} (الكهف: ١٠٨).

وكأن الخلود مظنة الملالة في لزوم حال واحدة، فكان من البلاغة الاحتراس بأنهم لا يطلبون تحولاً عنها، أما أحوالها فلهم فيها ما تشتهيه الأنفس وتلذ الأعين وأنتم فيها خالدون، فكلما تاقت النفس لشيء من الأحوال أو الأشكال أو المتع تحقق لها.

وهكذا في الزواج والعزوبة..

وفي الثراء والكفاف..

وفي الصحة والمرض..

{إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا * إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا * وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا * إِلَّا الْمُصَلِّينَ} (سورة المعارج: ١٩-٢٢).



46

أزمة نفسية عابرة

◆

جلست إليه فوجدته ينتقد الحكومات بحرارة ومرارة واندفاع، ليس هو أول من فعل هذا، والنقد لا يضير، ولعل من أقل حقوق المواطن أن يصرخ!

انتقل إلى معارضيها؛ فأمطرهم بسيل من الذم الذي لا أفضّل أن أسميه شتيمة، مضى الخاطر يقول: وجهان لعملة واحدة!

انتقل إلى العلماء فألغاهم بجرّة قلم..

عرض مثالًا عمليًا، فانتقد صاحب المؤسسة، ثم انتقد منتقديه بضراوة، ثم انتقد منتقدي المنتقدين..

وأنهم انقسموا أقسامًا..

فقسم جامل ولم يصرّح..

وقسم تجاوز وغلا..

وقسم آثر الهدوء

ورابع آثر الانسحاب..

وخامس فاتني ماذا بشأنه.. أحكم الصورة السلبية على المشهد كله، فليس ثَمَّ موقف يُوصف بأنه معتدل أو سليم أو عقلاني.. ولا التفات لجانب الحكمة والقدر!

ثم أحاط ذلك كله بإطار شرعي، فساق محكمات من النصوص، وقصصًا من السيرة النبوية؛ تجعل ما يقوله متعين الصوابية، تام المصداقية، وأن من يشغّب عليه فهو مريض القلب، أو طامع بمكسب مادي، أو جاهل لا يعرف ما خرج من فمه..

وتحدّث عمن يظن به تأزمًا؛ فشبهه بمن كانوا يرمون الأنبياء بالجنون!

يا أخي، أنت لست نبيًا معصومًا، والأنبياء اختارهم الله وصنعهم على عينه، وتعبّد الناس بالإيمان بشخوصهم، وبما جاءوا به، وأنت لست كذلك.

والأزمة النفسية ليست جنونًا ولا تقترب منه، وقد تعرض للكبار فتطول معهم أو تقصر، والشأن في الوعي بالذات وعدم الاسترسال مع دواعي التأزم، وتحويلها إلى موقف أو عقيدة أو مفاصلة مع الآخرين.

أدري أنك شاب فائق الأهمية عظيم النفع، وأن مستقبل الوطن منوط بك وبأمثالك، ومرهون بصفاء نفسك واعتدالها الداخلي وهدوئها الراسخ مهما ادْلهمّ حولها الظلام، ودمرت الأعاصير، واشتدت عليها الخطوب.

لا والله يا بني لست أعيبك بشيء لا أبرئ نفسي منه، وإن تفاوتت بيني وبينك المقادير!

تساءلت في نفسي: ألا يوجد في هذه اللوحة القاتمة بصيص من ضوء،

يصلح أن يداوى به معلول التشاؤم والاكتئاب؟
ألا يتوفر في نصوص الشريعة ما يكذّب هذا التوهم المغرق في الانغلاق والتأزم؟
هل يمكن لنفس أحاطت ذاتها بأسوار البؤس أن تعيش داخل بيتها الصغير مع زوجها وصبيتها عيشة الهدوء والرضا والاطمئنان؟
أو أن تقيم علاقات ودّية طبيعية مع الآخرين من حولها ممن لا تشتمل نفوسهم على القدر ذاته من الاحتقان؟
هل يمكن لها أن تؤدّي دورًا إيجابيًّا غير الهجاء والذمّ والعتب والقصف المتواصل؟
التأزم النّفسي هو انتحار مؤقت! إن صح التعبير، انتحار لأنني لا أظنّ أن متشبعًا بهذا الحزن الغامر يقدر أن يعيش حياة عادية، ولو في جانب من جوانب العيش الاجتماعي أو المعرفي أو الاقتصادي..
ومؤقت.. لأن الله يحيى الأرض بعد موتها، وقد يكون التأزم عابرًا، لأنه متصل بسبب خاص، كتوتّر العلاقة الزوجية، أو فشل في مشروع جزئي؛ يعالج بتكرار المحاولة أو تغيير الطريقة أو تحريك الميدان..
وربما كان متصلًا بمرحلة من العمر.. وكم هو مؤلم أن تمضي فترة الشباب بإشراقها وحيويتها وطموحها وأحلامها الجميلة؛ حبيسة أزمة نفسية استسلم لها صاحبها.
أشد ما في الأزمة أن اقتناع صاحبها بأنه مأزوم يعدّ أشبه بالمستحيل، فهو مندفع بروح احتساب أو حماس أو إيمان فيما يحسب، وقصارى الأمر أن الآخرين نكلوا وتخلّوا، وصاروا يرمونه بالتأزم، لأن هذا كل ما يملكون..

جرّبت أن أقنع صاحب معاناة نفسية بأن ما يراه أو يتصوره هي تهيّؤات وظنون لا حقيقة لها؛ فوجدت الأمر في غاية العسر والمشقة.

اقترحت على أحدهم أن يلقي على نفسه سؤالًا: هل أنا مأزوم فعلًا؟ دع خصومي فليقولوا ما شاؤوا.. لكن ما أعرفه في قرارة نفسي، أو في حياتي الشخصية الخاصة، أو في مشاعري الذاتية هل تعطي هذا الانطباع بأنني مأزوم فعلًا؟

إن وعيي بأنني مأزوم لهو مكسب ضخم، لأنه يعني بداية النهاية للمعاناة، ويعني تبعًا أن الأمة كسبت عقلًا جديدًا ونفسًا هادئة، ولغة معتدلة، وفرق بين أمّة هي مجموعة من المتأزمين، وأمة أخرى لا تعيش الأزمة إلا في هوامشها وضفافها..

أزمة علاقاتية:

قد نندفع في تصنيف الآخرين ورصد أخطائهم وجرائمهم، وسجنهم في زنزانة الانتماء المذهبي أو الحزبي وكأنه مصير محتوم، بينما نرتب بعقولنا وحيلنا النفسية مخرجًا شرعيًا لظلم تقترفه الجماعة أو بعضها أو فرد منها، إفراز غير أخلاقي لانتماء قد يكون مقبولًا أو شريفًا في الأصل.

الإنسانية وعاء مشترك، والجيرة لها حقوق في الدين، والانتماء الواسع، ثم المصالح المشتركة، والأخلاق يمكن أن تصنع هدوءًا في التعامل مع المخالف.

هو مخالف فعلًا، وليس مطلوبًا نفي ذلك أو تجاهله، السؤال: كيف يجب أن نحفظ حقوق المخالف، ما لم يكن كافرًا محاربا؟

السؤال الآخر: هل يجب أن ننقض على من لا يشاطرنا الحماس في موقفنا؟

أن تكون سنيًّا يعدل مع الشيعة، أو شيعيًّا يعدل مع السنة، فهو دليل على التفوق.

استحضار الماضي وقصصه وأبطاله وإسقاطه على الحاضر لاستنهاض الهمم وتكريس النفسية النابذة النافرة هو سعي لتعميق الأسوار العازلة، بينما تنهار الأسوار أمام الغريب البعيد.

أتساءل: إلى أي مدى يملك شاب شيعي أن ينتقد القتل الطائفي في العراق وسوريا مثلا؟ وهو يعلم أن ذلك سيغضب عليه طائفته، ولن يتقبله غالب السنة إلا على أنه «تقية»، وبذلك يخسر الطرفين معًا، ولكنه سيكسب نفسه وحريته ويكون أقرب إلى تمثيل ذاته ورضى ربه.

وإلى أي مدى سيجد طرف شيعي تعرض لمصادرة حق من حقوقه الشرعية إنصافًا من شباب السنة وهم يعلمون حجم الهجوم الشرس الذي ينتظرهم من بعض إخوانهم بما في ذلك الاتهام بفساد المعتقد أو العمالة؟

«يجب أن يكون الكلام بعلم وعدل، لا بجهل وظلم، فإن العدل واجب لكل أحد، وعلى كل أحد، وفي كل حال، والظلم محرم مطلقًا، لا يباح قط بحال، قال تعالى {وَلا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَآنُ قَوْمٍ عَلَى أَلَّا تَعْدِلُوا اعْدِلُوا هُوَ أَقْرَبُ لِلتَّقْوَى} (المائدة: ٨).

وهذه الآية نزلت بسبب بغضهم للكفار، وهو بغض مأمور به، فإذا كان البغض الذي أمر الله به قد نهي صاحبه أن يظلم من أبغضه، فكيف في بغض مسلم بتأويل أو شبهة أو بهوى نفس، فهو أحق ألا

يظلم» (ابن تيمية: منهاج السنة).

يجب أن نفرق بين الانتماء الذي هو اعتقاد وإيمان لا يداخله ريب، وبين حدة المواقف وصرامة التحليل، واستصحاب روح المؤامرة والعداء الدائم، واستجلاب قصص الصدام وكأنها هي الحياة كلها، وكأن الأزمنة المتطاولة الهادئة العامرة بالتعايش كانت غرورًا أو غفلة.

حين وصف عمرو بن العاص رضي الله عنه الروم بأنهم «أسرع الناس إفاقة بعد مصيبة»، (كما في صحيح مسلم)، لم يكن يقصد وصف الأفراد في مصائبهم الشخصية، بل كان يشخص ثقافة جماعية لهم تتصل بسرعة نسيان الصدامات والحروب، والاستعداد للإفاقة من هولها وجحيمها للنظر في مستقبل أفضل، خاصة فيما بينهم.

وهذا مشهود فإن الأوروبيين والأمريكان استطاعوا أن ينسوا المعارك التي ذهبت فيها ملايين الأرواح، ومن ذلك الحربان العالميتان وما قبلهما، وما بينهما، وأن يفكروا بالمصالح المشتركة، ويبنوا علاقة حسنة بينهم.

بينما نحن لا نزال نجتر معاركنا القبلية وحروبنا الداخلية ونتجادل حولها، ونبدو بذلك مستعدين لتكرارها، لأننا نربي عليها أجيالنا!

ذهبت في زيارة إلى البوسنة، وأخذني الشباب إلى مدنها، وذهبوا بي إلى مناطق صربية وأخرى كرواتية، ورأيت الناس يمشون بهدوء، ويتعاطون حياتهم البسيطة، وكأن الحرب لم تكن هنا قبل سنوات!

يبقى في النفوس أثر قابل للتحريك وقابل للذوبان، وحين توجد قيادات فاسدة تسعى للتحريك لمصالحها الخاصة، وينجر الناس وراءها!

لماذا لا نكون نحن مفاتيح للخير مغاليق للشر؟

لم لا نقتدي بالرسول صلى الله عليه وسلم حين قدم المدينة وفيها الوثنيون واليهود، فكان كلما حدث توتر يسعى في تسكينهم وتهدئتهم إيمانًا بأن وقت الهدوء هو أفضل الأوقات لانتشار الدعوة ومخاطبة العقول؟

لماذا نظن أحيانًا أن خلط الأوراق وإحداث الصراع هو الذي يمهد للنجاح؟

حيث تذهب العقول وتكون الكلمة الأخيرة لأرفع الناس صوتًا، وأشدهم انفعالًا، وأقساهم لغة، فهي علامة احتدام الأزمة.





47

إدمان

◆

تمَنّع «عادل- ١٧ سنة» أول مرة فسخروا منه، في الثانية تردّد، في الثالثة أخذ سيجارة عابرة كمجاملة وفي ذهنه آلاف المواعظ التي سمعها، لا ينوي الاستمرار قطعًا، إن طعمها بشع وليس فيها أي جاذبية، ولهذا فهو يعتقد أن بإمكانه التوقف عنها متى شاء!

مع الوقت أصبح يطلبها بنفسه، ثم يشتريها ويدخن سرًّا دون علم أسرته.

لأسباب صحية ومالية وعائلية قرر ترك التدخين عبر سنوات ولم يستطع حتى تخرجه من الجامعة.

أهل الفتاة التي خطبها يرفضونه لأنه مدخن.

«النيكوتين» أسرع عقار إدماني، كل شفطة سيجارة تدفع عن طريق الرئة بجرعة ضئيلة منه إلى المخ، وهي تعمل بسرعة تفوق الهيروين الذي يحقنه المدمن في أوردته.

الإدمان الكيميائي يمكن تجاوزه، وهناك الآلاف يدخنون عشوائيًا دون انتظام.

المشكلة في «غسيل المخ»: العلب الجذابة، الولاعات الذهبية، طريقة جذب النفس، الخيال الخصب لاستحضار صور شخصيات محبوبة وطريقتها في التدخين، التمرد على الأهل، الحظوة لدى الأصدقاء، إحساس الفتاة أو الفتى بالتحرر والعصرية..

والمشكلة الأخرى في البرمجة السلبية على الاستسلام، فالمدمن يردد «كل ما أقول: يا رب التوبة، يقول الشيطان: بس ها النوبة!».

والمدمنة تقول «إن كان المية تروب، يبقى الفاجرة تتوب!».

- لقد كان يومك عصيبًا، تستحق بعض المتعة، إنها الشيء الوحيد الباقي في حياتك!

إدمان يستولي على الذات والعقل، الصوت السائد هو صوت الإلحاح والطلب.

متوسط عمر المدخن (٦٠) سنة، وغير المدخن (٦٩) سنة، حسب إحصائية فرنسية.

صديقه المبتعث اعتاد الذهاب إلى صالات الديسكو بحجة الاكتشاف وتعلم اللغة، ومعرفة المجتمع، ثم وقع في إدمان الخمرة (هاتفني ذات مرة وهو ثمل!).

ليس الإدمان حكرًا على التدخين أو المخدرات أو الخمر، ثم قائمة طويلة:

- مشاهدة المواقع الإباحية.
- إدمان العادة السرية.

- الكحول.

- القات.

- الشيشة.

- الجنس وممارسة الحرام.

- المكالمات والعلاقات الغرامية.

- التحرش.

- التسوق.

- إدمان الماركات والأجهزة.

- الألعاب الإلكترونية.

- الشات والنت.

- وأخيرًا إدمان الشبكات الاجتماعية، وخاصة تويتر.

حالة نفسية وعضوية تنتج رغبة ملحة في التعاطي باستمرار، لتحصيل الآثار النفسية، وتجنب الآثار المزعجة الناتجة عن الابتعاد، مما يتطلب زيادة الجرعة، وينتج عنه خلل في وظائف الأعضاء، وضعف في الشهية، وارتباك في الهوية.

إنها خاصية لـ «الإنسان»!

الحيوانات لديها تحصن منيع ضد المخدرات إلا في حالة الاحتيال عليها!

فئران في مختبر علمي في أمريكا رفضت تناول سائل أضيف إليه مخدر حتى وضع معه كمية كبيرة من السكر!

الإنسان يبحث عن السعادة والرضا، فإذا لم يحصل عليها في دنيا الحقيقة تطلبها في عالم الأوهام.

بقدر ما تصعب الفرص الحياتية وتتعقد أو تستحيل يبحث الإنسان عن الأسهل، فالعمل الشريف ومصدر الرزق ووجود العدالة، وتوفير الترفيه البريء في الرياضة والألعاب وغيرها يستوعب كثيرًا من طاقة الإنسان.

الإنسان يبحث أيضًا عن القوة الجسدية والجنسية، وهو شعار طالما استغله مروجو الحشيش والأفيون والكوكايين والقات، أو المخدرات الصناعية وما يسمى بـ «المنشطات» لاصطياد زبائنهم.

الإنسان يبحث أحيانًا عن الوهم الذي يغيبه عن الحقيقة، ويسمح له بالعيش مدة أطول في ظل «التمثيل».

الإدمان:

١- مرض.

٢- مزمن.

٣- متطور.

٤- رئيسي وخطير.

٥- مميت.

هذا لا ينفي مسؤولية صاحبه عند البداية.

مرض السكري مثلًا قد يكون بسبب إدمان الحلوى.

يشرب ليسترخي، ثم يزيد، يحس بأنه «محظوظ»، واستثنائي لأنه يشرب الخمرة ولا يثمل، يحس بانفعال خفيف، ثم دوار في بداية اليوم، ثم قشعريرة تعالج بجرعة جديدة، ثم تعاط أكثر، ثم كمية أكبر.. وأخيرًا فقدان الاهتمامات ولوم الآخرين على المشكلات التي تحدث.

«عطية» إنسان طيب لولا المخدرات، علاقته بالقرابة والأصدقاء ممتازة، تطورت حالته حيث كانت زوجته تحميه وتستره طويلًا وهو

يسهر الليل يشاهد التلفاز ويتعاطى ويدخن، وكلما سقطت سيجارة من يده بسبب النعاس والخدر سارعت في إطفائها وحفظه من الحريق، يصحو فيوبخها وكأنها ارتكبت جرمًا ثم يشعل أخرى، هل تعتقد أن تصرفها صحيح؟

ألم يكن الأجدر أن يواجه صعوبات أو مشكلات ليشعر بالخطر ويبحث عن علاج.

أطفاله الصغار أصبحوا يلاحظون ذلك، يقول أحدهم: والدنا يحصل دائمًا على المشروب والحبوب، ولكننا لا نحصل على الألعاب والدراجات الهوائية، ولا حتى الملابس واحتياجات المدرسة كغيرنا.

طفل الثانية عشرة أصبح يؤدي دور ابن الخامسة والثلاثين، ويتحمل مسؤوليات منزلية كبيرة، أصبح بالغًا وأبًا حقيقيًّا، وطالما اصطحب والده السكير في رحلة على الأقدام أو نزهة لعجزه عن قيادة السيارة.

لأنه الابن البكر كان نادرًا ما يسيء التصرف، وأظهر اهتمامًا فائقًا لبقية الأولاد.

أخوه الأصغر منه أصبح طفلًا متكيفًا مع واقع الأب.

الأصغر حساس يخفف حدّة الألم المخيم في المنزل، مستمع جيد يعالج أحزان والدته، وخوف أخيه، وحرج أخته، وغضب والده.

كان المراهقون في الماضي يشتكون من العادة السرية التي يلجؤون إليها خوفًا من الوقوع فيما هو أشد، أو طلبًا لراحة الجسد من قلق الغريزة.

المشكلة ليست في الفعل ذاته فهو خير من الزنا، وقلَّ شاب إلا وتعاطاه تحت ضغط الشهوة والعلماء مختلفون فيه، ولعله من المكروهات، أو المشتبهات، لمن خاف على نفسه.

المشكلة في تحوله إلى عادة حتى دون وجود رغبة، فهو يبحث عن المتعة، ويتطور الأمر إلى أن يكون مصحوبًا بمشاهدات تلفزيونية أو يوتيوبية، وفيديوهات أو صور، وأحيانًا يتواصل طرفان عبر الهاتف أو الإسكايب أو البالتوك أو الماسنجر أو قوقل بلاس.

ويتم ذلك عبر استعراض جسدي وإثارة صوتية، وقد تتحول إلى وثائق ابتزاز أو فضائح.

في الولايات المتحدة اليوم ما بين (٣-١٥٪) من المصابين بما يمسى «أمراض السيطرة على الدوافع»، والتي أهمها: إدمان الجنس، وإدمان السرقة، وإدمان التسوق والشراء بغير حاجة، وإدمان القمار..

«ساعدوني فأنا لا أستطيع التحكم في نفسي» بحث مليء بالمعلومات والقصص الحزينة عن الضحايا، تأليف د.جون كرانت، د.إس دبليو كم، تعريب د. ياسر العيتي.

إنها أمراض سرية غالبًا، ناتجة عن خلل بنيوي ووظيفي في أدمغة المصابين، مع وجود استعداد وراثي، شأن الكثير من الأمراض النفسية، وأحيانًا تكون بسبب الاضطراب الجنسي والبحث عن التعويض، أو التخلص من الشعور بالاكتئاب، أو لاضطراب عائلي، مع سوء التربية وضعف التوجيه.

شخص ناجح في عمله ومحترم ومهم جدًّا، ولكنه في سره يوبخ نفسه ويبكي بحرقة، لا يظهر أثر الإدمان على عمله وعلاقاته، وهو يخجل من النظر في وجوه أطفاله، ويؤجل مواعيد الرحلات والمشاوير بالساعات أو بالأيام.. إنه يشعر بالعار لأنه مدمن علاقات جنسية، يحس بأنه لا ينجح في عمله إلا بهذا.

حين فقد زوجته التي اكتشفته وصبرت عليه كثيرًا واجه صدمة.
وحينما فقد عمله الذي تأثر مع مضي الوقت وتفاقم المشكلة اضطر إلى مواجهة نفسه بالحقيقة والبحث عن حل.
الإدمان مصيدة تفقد المريض معنى الحياة وجماليتها، والإحساس بقيمة الأسرة، وتحرمه الاستمتاع بالطيبات من المآكل والمشارب والمجالس والعلاقات، وتقضي على الأحلام الجميلة والأهداف النبيلة.
إنها تأخذ الإنسان من عالمه الشريف إلى برزخ يتصل بالحيوانية واللامبالاة.
إدمان تويتر أقوى من إدمان التدخين كما تقول دراسة في كلية شيكاغو لإدارة الأعمال، حيث أجرت دراسة على أكثر من (٢٠٠) ما بين سن (١٨) إلى (٨٥) في ألمانيا لمدة (٧) أيام.
أغلب المتطوعين وجدوا صعوبة في التوقف عن استطلاع حساباتهم على تويتر أقوى من التي يجدون في مقاومة الرغبة في التدخين.
قوة الإرادة تكون في أوجها بداية النهار، وكلما مر الوقت ضعفت المقاومة واستسلم الإنسان لرغباته.

كيف تعرف أنك مدمن؟:

- الدخول أثناء العمل، أو في المدرسة والفصل والمسجد.
- السهر الليلي الطويل، وإهمال الأهل والأولاد والأسرة.
- التصفح عند الأكل، وهو سبب للسمنة والضغط والكوليسترول.
- الاضطراب العصبي وقلة النوم واضطرابه.
- تراجع العلاقات الاجتماعية والأسرية، شاب لا يراه أهله إلا عند

الوجبة، وهو منزعج!

- تسميم العلاقة مع شركاء الحياة: الأم، الزوجة، الأخ، الأب، الصديق...

- يبدأ صحوه بتويتر، وينام والجهاز إلى جانبه، وقد يصحو عدة مرات في الليلة.

كنت أحاول أن أترك إدمان تويتر، حتى خرج لي إدمان جديد، إنه تكرار القرارات بالتوقف عن الدخول دون فائدة!

لقد تحولت عند بعضنا من مواقع التواصل إلى مواقع القطيعة.

وحدثت حالات طلاق بسبب محادثة الفتيات في أمور غير أخلاقية.

طالبات خسرن الدراسة بسبب إدمان تويتر.

الفطام مقدور عليه بتعزيز الإرادة، والاستعانة بالله، والانحياز للبرامج العملية كالزيارات والجلسات العائلية ورحلات الأصدقاء.

وتوظيف هذه الشبكات للتواصل العائلي، قروبات على الواتس آب للعائلة، ألعاب أسرية مشتركة على السوني..

المؤشرات الأولية تدل على أن كثيرين ممن لم يكونوا يقرؤون أصبحوا يقرؤون يوميًا ما يعادل كتابًا من مائة وخمسين صفحة، تدفق هائل للمعلومات، لكن هل يتم التدقيق فيها وترشيدها؟

الاستخدام ينبغي أن يكون مرشدًا في ساعات محدودة، وتحت إشراف العائلة.

الخيال والإدمان:

عندما تزور مدينة مشهورة بتجارتها أو طبيعتها أو فسادها «مدينة الخطيئة بتايا أو لاس فيجاس مدينة القمار» أو حتى قدسيتها «مكة أو

المدينة» وتفعل فيها خطأ ولكنه ممتع لك «غرفة- خلوة- متعة عابرة يزينها لك الشيطان».

يظل خيالك مربوطًا بها ولو بعد سنين، وكلما ذكرت قفز إلى ذهنك الحدث وتفاصيله، وصرت تستعيد المتعة وأنت تبتسم..

وكلما زرتها فكرت أو حاولت.. أو كررت.

تخيل ما سوف تصبح عليه حياتك بعد الإقلاع عن الفعل.

-اصنع ذكريات جميلة.. صلِّ جمعة.. تعرف على أهل المسجد.. صم يومًا.. قم ليلة.. صل ضحى.. رطب عينيك بدمعة.. اختم المصحف.. تعرف إلى أهل الخير.. قم بجولة صدقات وأعطيات.. ادعم مشروعًا خيريًّا في البلد..

أجر مكالمة هاتفية مع صديق هاجرته، أو زوجة أخطأت بحقها.

عود نفسك على التعويض بمقدار المثل على الأقل، ضيعت ساعة فيما لا تحب، خصص ساعة للتسبيح والعبادة والاستغفار وقراءة القرآن.

سافرت لمعصية، أعقبها بسفر طاعة.

صرفت ألف دولار في طريق الشيطان، اصرف مثلها في سبيل الله.

مقابل عادة سيئة أدمنتها، اصنع عادة حسنة وارعها واسقها وفضلها على أختها.

الخيال يتذكر الصور والمواقف المرتبطة برغبة أو متعة ولو كانت حرامًا والشيطان يزين الحرام.

نشط خيالك الإيجابي.. تصور نفسك صالحًا ناسكًا تقيًا يلتمس الناس بركة دعواتك..

أو في مجلس علم وحكمة، أو في مقام قدوة لولدك أو طلابك.

استئصال الورم أو تقوية المناعة؟:

ليس الحل مرتبطًا بعرض حلول نظرية أو ابتكارها، بل في إمكانية هذه الحلول ومدى توفرها للمصاب.

حين نقول: الانشغال بشيء آخر، ما هذا الشيء الآخر؟ وكيف يمكن توفيره؟ هل الفرد يوفره لنفسه؟ أم الأسرة؟ أم المجتمع؟ أم السلطة؟ الأفراد مشغولون بأنفسهم، ويظل الفراغ سيد الموقف محليًّا وعالميًّا، ولذا يظل الإدمان مشكلة متفاقمة.

التقاعد عن العمل يزيد المعرضين للمشكلة.

فرص الخلوة أصبحت أكثر، متى تجد إنسانًا لا يحصل على خلوة بنفسه إذا أراد؟

الأثر الصحي هل يحول دون الإدمان؟ إن المدمن ينسى التعب والإرهاق، وقد تساوت عنده الحياة والموت حتى يحصل على مطلوبه، ثم يسقط فجأة تحت وطأة إنهاك شديد.

قد ينكر المدمن حالته المرضية، وقد يرى نفسه مبتلى لا حيلة في شفائه.

الضيق والندم والحزن والاكتئاب تصاحبه، ربما يفر إلى الوهم ويرى نفسه مصابًا بالسحر أو الجن أو العين!

ظروف محيطة تحمله على الفعل، عائلية، أو اقتصادية، أو اجتماعية، أو نفسية، وهي لم تتغير، ولذا يكون الفعل أول ما يفكر فيه.

اليأس من الحل بسبب تكرار الفشل.

ما مدى قناعة المستهدفين وإحساسهم بأهمية البحث عن حل، أم إن الأمر مجرد تسويق كلام أو موقف عابر ويمضي.

بعضهم يعالجون المشكلة بعيدًا عن تداعياتها وأسبابها وظروفها،

ويقدمون حلولًا مبتورة، لأنهم يركزون على ذات المشكلة دون معالجة الأوضاع المحيطة.

سورة المطففين هي سورة الحرب على الإدمان:

التطفيف ليس فعلًا عابرًا، هو إدمان سرقة الغني للقليل الطفيف من قوت الفقير بأنانية وجشع.

كتاب الفجار المدمنين في «سجّين»، إنه سجن في الآخرة يقابل ما سجنوا فيه أنفسهم من عادة الفجور والتطفيف.

{كَلاَّ بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِم مَّا كَانُوا يَكْسِبُونَ} (المطففين: ١٤) كشف عن الجانب القلبي والعقلي الخفي للمدمن الذي كسب سيئة وأحاطت به خطيئته. والعقاب هو حجبهم عن الله فلا يرونه ولا يتلذذون بكلامه في الآخرة كما لم يتلذذوا بالإيمان به وبكلامه في الدنيا.

تحريك الإيمان بالبعث والوقوف بين يدي الله شعور يهز الوجدان، ويصنع حالة عاطفية قوية من شأنها أن توقظ الإرادة النائمة {أَلَا يَظُنُّ أُولَئِكَ أَنَّهُم مَّبْعُوثُونَ * لِيَوْمٍ عَظِيمٍ * يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ} (المطففين: ٤-٦).

القرآن يعلمنا عدم اليأس مع تكرار الفشل {أَلَمْ يَأْنِ لِلَّذِينَ آمَنُوا أَن تَخْشَعَ قُلُوبُهُمْ لِذِكْرِ اللَّهِ وَمَا نَزَلَ مِنَ الْحَقِّ.... اعْلَمُوا أَنَّ اللَّهَ يُحْيِي الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا} (الحديد: ١٧- ١٦).

كذلك يحيي القلوب التي لا تمل من التضرع والدعاء والرجاء والاستغفار.

تحتاج هنا إلى صحبة خيرة تأخذك في هذا السبيل، وتشعرك بأن العالم بخير.

قراءة تجارب الناجحين في الخلاص وكتبهم والتشبه بهم.
«دينيس هولي» كتب «لماذا لا أتوقف عن فعل ذلك؟» حاكيًا تجربة فريدة.
«ألن كار» كتب «الطريقة السهلة للإقلاع عن التدخين»، وإذا كان المثل يقول: «اسأل مجرب ولا تسأل طبيب» فهو المجرب والطبيب.
«بيت كوهين» يقول: اكتشفت من خلال عملي مع الآلاف أن معظم الناس بإمكانهم تغيير عاداتهم، شائعات «مستحيل» هي العقبة، متى طردناها أصبح الطريق مفتوحًا.
كنت أجد في المكتبات كتبًا: كيف تتعلم الإنجليزية في أسبوع؟، واكتشفت أنها خداع.
لا يجوز أن نتعامل مع كتب التغيير على أنها كذلك، ونحن نكتسب الحكمة من الفشل كما نكتسبها من النجاح.
يعتقد كثيرون أن الأخطاء تكشف ضعفهم، ولا يحبون الاعتراف بها، إذا كان الخطأ ضعفًا فالاعتراف قوة!
نية التغيير وإظهار ذلك للنفس بوضوح يعني بداية الاستعداد للواقع الجديد، ونقص التكيف مع الواقع السيئ المراد تغييره، لتنسجم قوى النفس الواعية وغير الواعية وتتآخى.
لماذا يعتقد كثيرون أن الإقلاع عن التدخين مثلًا صعب؟
لأنهم يفكرون بما سوف يتركون، وليس بما سوف يفعلون.
التفكير بطريقة: سأترك التدخين، يدفعك للاستمرار فيه!
حين تريد السفر والحجز فأنت لا تخبر الموظف المختص بالأماكن التي (لا) تريد السفر إليها، والفنادق التي (لا) تريد أن تسكنها، وإنما بما (تريد).

أحدهم كان يدخن (٦٠) سيجارة يوميًا ثم أقلع إلى الأبد.

لا تفكر بالمصاعب والانتكاسات، واصنع داخلك فكرة مؤكدة إيجابية بإحدى طريقتين:

١- نقص تدريجي بالتخفيف وفق التقنية اليابانية المشهورة «الكايزن Kaizen»، اقرأ كتاب (الكايزن، تأليف: ماسكاي إيما).

٢- ترك حاسم ونهائي تعززه إرادة قوية، وهذا ما تؤكده تجارب د. ألن كار، فهو ضد فكرة التدرج، لأن «الوحش» موجود في عقلك وبدنك، واللهفة تزداد للسيجارة كلما قلل منها، والمشكلة اعتقادك أن التدخين يمنحك البهجة والمتعة والثقة، وأن الحياة والصباح والوجبة واللقاء بدون تدخين ليس له معنى.

اتخذ قرارًا حاسماً.

تخيل أنك أصبت بمرض، وكنت في خيار بين ترك الإدمان أو بتر ساقيك أو الموت!

الأعراض الانسحابية تستمر لثلاثة أسابيع تمثل «جوعًا» للسيجارة وبعدها تأتيك لحظة الإلهام التي تنظر فيها إلى السماء فتجدها أكثر جمالًا، والشمس فتراها أكثر إشراقًا.. إنها لحظة انتهى فيها غسيل المخ وزال أثره، وانكشفت الغشاوة عن عينيك.

الحديث إلى الأشخاص الإيجابيين وليس المحبطين أو السلبيين.

بعضهم يقدم نموذج التوكيد والتكرار الإيجابي بالكتابة أو الحديث (٢١) يومًا متواصلة بلغة جازمة.

الدعاء والإلحاح بصوت يسمعه الداعي شديد التأثير في برمجة إيجابية تحفز قوى النفس للاستجابة.

إنه يسهم في تجاوز الشعور السلبي وصناعة الثقة بأن الله يصنع لنا أفضل مما نريد

تعزيز الانتماء الأسري في جميع المراحل يصنع البيئة الملائمة للانتصار.

تحويل عامل الزمن من سلبي إلى إيجابي لصالح صناعة الحلول وتهيئة الظروف المناسبة، حتى المرحلة العمرية لها تأثير، والحوادث الطارئة كحادث سيارة أو مرض أو فقد قريب، والتجربة..

أهمية الحلول الاستراتيجية الشاملة التي يقوم بها المجتمع والمؤسسات المدنية والأسر المتعاونة.

مراكز علاج الإدمان، الإرشاد النفسي، أندية مخصصة للمتعافين حول العالم.

إعادة التأهيل شخصيًّا وخلقيًّا ومهنيًّا واجتماعيًّا عملية جبارة ومتنوعة تتطلب عشرات المؤسسات المتخصصة الطوعية والرسمية.

أقترح قراءة كتاب «كيف تخلِّص شخصًا تحبه من براثن الإدمان» د. أحمد شهيب، لمن هم حول المدمن كالوالدين والزوجة والأصدقاء، إنه كتاب ممتع حافل بالقصص الحقيقية والنصائح الواقعية.



48

خجولة

ذكر الذهبي في «السِّير» حكاية، أن ابن الجَصَّاص دخل يومًا على ابن الفرات الوزير الخاقاني وفي يده بطيخة كافور، فأراد أن يعطيها الوزير ويبصق في دجلة، فبصق في وجه الوزير ورمى البطيخة في دجلة، فارتاع الوزير وانزعج ابن الجَصَّاص وتحيَّر، وقال: والله العظيم، لقد أخطأتُ وغلطتُ، أردتُ أن أبصق في وجهك وأرمي البطيخة في دجلة!

فقال له الوزير: كذلك فعلت يا جاهل.

فغلط في الفعل وأخطأ في القول.

موقف صارخ، وثمَّ مواقف صغيرة تقع لأي واحد منا نتيجة الخجل.

ذلك الشخص الخجول الخائف ليس حرًّا من الأنا، هو يريد ما يريده الآخر ولكنه يخاف من أن يتفطّن له الآخرون ولا يستحسنون ما يفعل ويقول، أو يخشى من النقد مما يضعف ثقته بنفسه.

كتب د.مصطفى حجازي كتاب «الإنسان المهدور»، وتحدث عن

التواطؤ الذاتي؛ الذي يمارسه الإنسان -أحيانًا- مع من يقومون بإهداره، وكيف يمكن المقاومة.

الانقياد والاستسلام بسبب الخجل من كلمة «لا»، تجعل الطفل الصغير يتعرض لانتهاك أو تحرش، وتفرض على المرأة والرجل مواقف لا يريدونها.

في الحديث المرفوع «لا تكونوا إِمَّعَةً، تقولون: إن أحسنَ الناسُ أحسنَّا، وإن ظلموا ظلمنا، ولكن وطِّنُوا أنفسكم، إن أحسن الناسُ أن تحسنوا، وإن أساؤوا فلا تظلموا». (أخرجه الترمذي)، وقال حسن غريب، وفيه ضعف، والصحيح الموقوف عن حذيفة وابن مسعود رضي الله عنهما.

ثَمَّ دورات تقيمها مؤسسات مدنية وتربوية لتدريب الصغار على الامتناع من الاسترسال وراء طلبات السائقين أو الخادمات أو الغرباء.

والعديد من الكتب المهمة تشرح كيف يتعود الإنسان على أن يقول «لا».

وقال زياد بن عبد الملك: «يعجبني الرجل إذا سيم خطة ضيم أن يقول: لا. بملء فيه».

«كيف تقول لا» مجموعة مؤلفات مهمة لـ د.سوزان نيومان، وآلان اكسيلورد وآخرين، واحد منها تقرؤه ويكفيك!

طفلي خجول:

يستبشر أب بحمرة وجه طفله، وإطراقه إلى الأرض، وقلة حديثه -خاصة مع الغرباء- وسكوته عند أدنى سؤال؛ بينما يفزع آخرون من ذلك، وقد يعتبرونه مرضًا يهرعون على أثره لطبيب نفسي،

وأحيانًا عضوي.

حتى إن شركة «لوندبك» أعلنت عن أقراص لعلاج مثل هذه الحالات، والتغلب عليها تدريجيًا، وقد بات الخجل سمة ظاهرة عند شريحة كبيرة من الأطفال.

بعضهم لا يفرق بين الخجل والحياء.

الحياء: خلق فاضل في النفس، يبعثها على تجنب ما يعيبها، ويحميها من التقصير في أداء الحقوق.

وهو المراد بقوله صلى الله عليه وسلم: «الحياءُ لا يأتي إِلاَّ بخير». (أخرجه البخاري، ومسلم).

أما الخجل فهو: حالة انكسار ودهشة وتحيّر، تتلبس بالنفس، فلا يُدرى معها كيف المخرج، فينكمش صاحبها عن كل شيء.

والفرق بينهما يتضح من الفرق بين طفل يرحب بأضيافك، ويسلم عليهم ابتداءً، وآخر يخجل ويحمر وجهه، وينكمش من مجرد سؤال الآخرين: ما اسمك؟

وحسب الدراسات النفسية فإن نسبة (١٠ - ١٥٪) من الأطفال يولدون ولديهم ميول واستعداد للخجل، يساعد على تنميتها أو استفحالها عوامل كثيرة، مثل: العامل الوراثي، القسوة، التدليل، الخلافات الأسرية، العيوب الخلقية، الضعف الدراسي، الفقر، الغربة، تطلب المثالية وتضخيم الأخطاء، فشل المدرسة في صناعة التكيف.

- ليس الحل أن يسمع طفلك:

يا خجول، يا بليد، يا كسول، انظر إلى أصدقائك... الناس لا يحبونك؛ لأنك خجول، كن رجلًا.

ويمكنك أن تقول له:

عمّك سيزورنا اليوم، ما رأيك أن تستقبله، وترحب به، وتدخله البيت؟، أنت أهل لذلك...

- الإصغاء لمشاعر الطفل وأفكاره وآرائه، وعدم إهماله؛ فما قد يكون عندك تافهًا، لا يكون عند طفلك كذلك.

- السلطوية في التعامل نتائجها عكسية.

- لا تردّ في كل شيء نيابة عن طفلك، دعه يواجه الموقف ويتدبر بهدوء.

- النظرات الحادة المستمرة أحيانًا تكون كالسياط على قلب طفلك.

- اترك لطفلك مساحة من الحرية يكتشف فيها نفسه، ويتعلم من صوابه وخطئه.

- الطفل في مرحلة استكشاف لما حوله، وليس لديه آلية للتعامل مع الأشياء والمواقف، دعه يكتشف ذاته شيئًا فشيئًا وينضج على نار هادئة.

- ما ذنب طفلي في ظروفي العصبية -الناتجة عن ضغط العمل أو الاختلاف مع الأصدقاء، أو الاختلاف مع الزوج- حتى أصب عليه عقابي؟

- لا تقلْ لطفلك: أنت ولد قاس.

وقلْ: لقد تصرّفت بقسوة مع أخيك.

قلْ: لقد اتّسخت ثيابك، بدلًا من: أنت غير نظيف.

- كوّن علاقة خاصة بينك وبين طفلك، كأن تخبره بشيء وتعلمه أنه سر بينكما، وأنك خصصته بذلك، أو أعطه غرضًا، واطلب منه أن يحفظه لك في مكان آمن.

- لا بأس أن تعتذر لطفلك إن أخطأت، وبين له عمليًا أنك أيضا

تخطئ، وأنه لا يمنعك خجل أو حياء من أن تعالج خطأك.

- أخبر طفلك أن الكرة الأرضية تدور حول الشمس وليس حوله هو، ولا حولك أنت أيضًا.





الفهرس

